

**STRATEGI BIMBINGAN TERHADAP PERUBAHAN FISIK LANSIA  
DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA NATAR  
LAMPUNG SELATAN**

**Skripsi**

Dianjurkan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Bimbingan dan Konseling Islam (S.Sos)  
dalam Ilmu Dakwah dan Komunikasi

**Oleh:**

**YOSSY MARETA  
NPM : 1541040216**

**Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam**



**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1440 H/ 2019 M**

**STRATEGI BIMBINGAN TERHADAP PERUBAHAN FISIK LANSIA  
DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA NATAR  
LAMPUNG SELATAN**

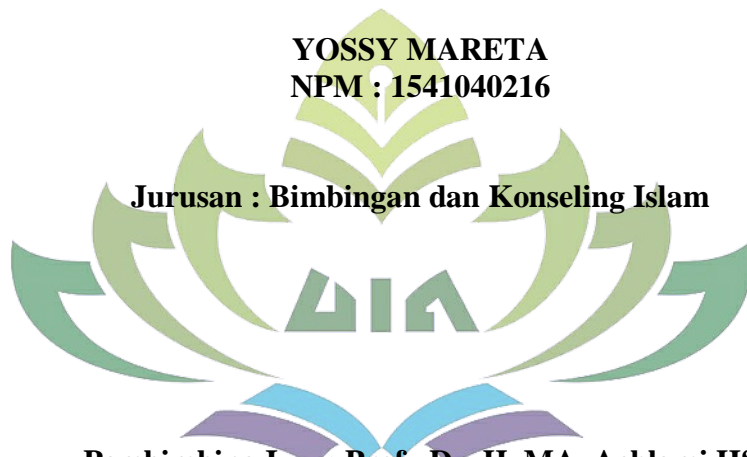
**Skripsi**

Dianjurkan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Bimbingan dan Konseling Islam (S.Sos)  
dalam Ilmu Dakwah dan Komunikasi

Oleh

**YOSSY MARETA  
NPM : 1541040216**

**Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam**



**Pembimbing I : Prof. Dr. H. MA. Achlami HS, MA.  
Pembimbing II : Faizal, S.Ag, M.Ag**

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1440 H/ 2019 M**

## ABSTRAK

Setiap individu pasti menginginkan dapat menjalani masa tuanya dengan kebahagiaan, namun dikarenakan kondisi dimasa tua yang mengalami berbagai kemunduran atau penurunan baik dari fungsi fisik maupun psikis maka kebahagiaan yang diinginkan oleh lanjut usia sulit didapatkan, keadaan yang ada pada lansia cenderung berpotensi menimbulkan masalah kesehatan baik kesehatan fisik maupun kesehatan jiwa, oleh karena itu diperlukan penyuluhan yang efektif kepada lansia agar dapat menerima keadaan dengan menarik sisi positif dari kemampuan dan pengalaman yang ada pada lansia agar ia berpikir bahwa ia masih berguna dan dibutuhkan orang lain dan menjalankan hidup yang baik.

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat diambil rumusan masalah yaitu bagaimana Strategi Bimbingan Terhadap Perubahan Fisik Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan ? jenis penelitian ini termasuk penelitian lapangan atau *field research* maka dari itu penulis menggunakan penelitian kualitatif, penelitian ini bersifat deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pegawai yang ada di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, dalam penelitian ini penulis meneliti 5 (lima) orang lansia yang aktif mengikuti kegiatan bimbingan fisik dan 2 (dua) orang pegawai. Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa metode observasi sebagai metode utama dan interview sebagai metode pelengkap. Analisis yang penulis gunakan adalah analisis kualitatif.

Berdasarkan hasil penelitian penulis menemukan data bahwa strategi bimbingan fisik yang digunakan oleh pihak UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan sudah cukup baik kegiatan yang ada di panti dalam penanganan bimbingan fisik berupa olahraga, namun selain kegiatan tersebut perlu adanya perhatian lebih mendalam kepada lansia terutama pada keadaan fisik dan kesehatan lansia agar menimbulkan keadaan yang lebih baik.

Kata kunci : Strategi, Bimbingan Fisik, Lansia



## PERSETUJUAN

Judul Skripsi

**STRATEGI BIMBINGAN TERHADAP PERUBAHAN  
FISIK LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA  
NATAR LAMPUNG SELATAN**

Nama

Yosy Mareta

Npm

1541040216

Jurusan

Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas

Dakwah dan Ilmu Komunikasi

MENYETUJUI

Untuk dimunaqasahkan dan dipertahankan sidang munaqasah Fakultas Dakwah dan  
Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II

**Prof. Dr. H. M.A Achlami, HS. MA**

**Faizal. S.Ag/ M.Ag**

**NIP.195501141987031001**

**NIP.196901171996031001**

Mengetahui

Ketua Jurusan BKI

**Dr. Hj. Rini Setiawati, S.Ag, M.Sos.I**

**NIP. 197209211998032002**





**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratin Sukarame - Bandar Lampung tlp. (0721) 703260

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul “STRATEGI BIMBINGAN TERHADAP PERUBAHAN FISIK LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA NATAR LAMPUNG SELATAN” disusun oleh Yossy Mareta, NPM:1541040216, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam. Telah di Ujikan dalam sidang Munaqasyah di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung pada Hari / Tanggal: Rabu/ 10 Juli 2019

**Tim Penguji**

Ketua Sidang : Dr. Hj. Rini Setiawati, S.Ag, M.Sos.I

Sekretaris : Umi Aisyah, M.Pd.I

Penguji I : Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli M.Si

Penguji II : Prof. Dr. H. MA. Achlami HS., MA.

**Mengetahui**

Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi

**Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si**

NIP.196104091990031002



## MOTTO

❁ وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبْلُغَنَّ  
عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا  
نَهْرَهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا ﴿٢٣﴾

Artinya :“Dan Tuhanmu telah memerintahkan agar kamu jangan menyembah seali Dia dan hendaklah berbakti kepada ibu-bapak. Jika salah seorang keduanya atau kedua–keduanya sampai berusia lanjut dalam pemeliharaanmu, maka sekali – sekali janganlah engkau mengatakan kepada keduanya perkataan ‘ah’ dan janganlah engkau membentak keduanya, dan ucapkanlah kepada keduanya perkataan yang baik” (QS.Al.Isra’23)



## PERSEMBAHAN

Dengan segala kerendahan hati skripsi ini kupersembahkan kepada orang-orang yang kusayangi dan selalu memberikan semangat.

1. Ayahanda tercinta Hayyun dan Ibunda yang sangat kusayang Alm. Rohana S.Pd meninggal pada 01 september 2019, dengan jiwa besar selalu mendo'akanku serta memberikan kasih sayang yang tak terhingga dalam membesarkan dan mendidikku dalam kebaikan hingga saat ini.
2. Kakak-Adikku tercinta Alm. Irvan Okta Rahmanda, Irwan Yuliandar, Irham Okta Rolizar, Rinda Noviatama, Ali Imron, yang telah memberikan motivasi dan membantu sehingga ku dapat selalu semangat dalam berjuang.
3. Teman-teman seangkatan 2015 jurusan Bimbingan dan Konseling Islam kelas C Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi.
4. Sahabat-sahabatku yang selalu memotivasiku Rosalia Putri, Roliawati, Ismi Rahayu, Visca Ayuni, dan Afif Rizky Noviandhi yang selalu menemani dalam proses menyelesaikan skripsiku.
5. Almamater tercinta UIN Raden Intan Lampung.

## **RIWAYAT HIDUP**

Nama lengkap Yossy Mareta, nama panggilan Yossy dilahirkan di Sukadana Lampung Timur, pada tanggal 27 Maret 1998, sebagai anak ke- lima dari enam bersaudara dari pasangan Bapak Hayyun dan Ibu Rohana S.Pd.

Adapun jenjang pendidikan formal yang penulis jalani adalah Penulis memasuki jenjang pendidikan sekolah dasar SDN 04 Sukadana Pasar pada tahun 2004 lulus 2009. SMPN 1 Sukadana pada tahun 2009 lulus 2012. SMAN 1 Sukadana pada tahun 2012 lulus pada tahun 2015. Pada tahun 2015 penulis melanjutkan pendidikan S1 di Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Raden Intan Lampung.

Selama menjadi mahasiswa penulis pernah mengikuti organisasi guna mengembangkan kemampuan dan untuk mendapatkan pengalaman serta pengetahuan selain di bangku perkuliahan. Adapun organisasi yang penulis ikuti yaitu Kader HMI Komisariat Dakwah (Gatot Kaca) 2015.

Penulis,

**Yossy Mareta**



## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan ilmu pengetahuan, kekuatan dan petunjuk-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul: **STRATEGI BIMBINGAN TERHADAP PERUBAHAN FISIK LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA NATAR LAMPUNG SELATAN**. Sholawat serta salam di peruntukkan kepada Nabi Muhammad SAW, para sahabat, keluarga dan pengikutnya yang taat pada ajaran agama-Nya. Penulis susun skripsi ini sebagai bagian dari persyaratan menyelesaikan pendidikan pada Program Sarjana Satu (S.1) Fakultas Dakwah UIN Raden Intan Lampung dan Alhamdulillah dapat penulis selesaikan.

Dalam upaya penyelesaian skripsi ini, penulis telah menerima banyak bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak serta dengan tidak mengurangi rasa terimakasih atas bantuan berbagai pihak, maka secara khusus penulis ingin menyebutkan beberapa sebagai berikut :

1. Bapak Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
2. Ibu Dr. Hj. Rini Setiawati, M.Sos.I selaku ketua jurusan BKI yang telah menyediakan waktu dan fasilitas dalam rangka pengumpulan data dalam penelitian ini.
3. Bapak Prof. Dr. H. M.A Achlami, HS.MA dan Bapak Faizal, S.Ag, M.Ag selaku pembimbing yang telah menyediakan waktu dan bimbingan dengan

penuh kesabaran yang sangat berharga dalam mengarahkan dan memotivasi penulis.

4. Bapak Drs. Maman Suparman, MM selaku Kepala UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha yang telah mempersilahkan penulis untuk melakukan penelitian.
5. Ibu Dra. Anna Destiana Sovieti, MM Kepala seksi pelayanan yang telah meluangkan waktunya dalam rangka konsultasi tentang penelitian
6. Ibu Ida Rosita selaku penanggung jawab bimbingan fisik sekaligus instruktur bimbingan fisik dan seluruh staf UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha yang telah membantu penulis dalam mencari informasi dan data-data.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih banyak kekurangan disebabkan oleh keterbatasan kemampuan ilmu pengetahuan yang penulis kuasai untuk itu kepada semua pembaca kiranya dapat memberikan masukan dan sarannya sehingga laporan penelitian ini akan lebih baik dan bermanfaat.

Akhirnya penulis berharap semoga hasil penelitian ini dapat memberikan masukan dalam upaya pengembangan ilmu pengetahuan dan agama.

Bandar Lampung,

Penulis,

**Yossy Mareta**



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL.....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>RIWAYAT HIDUP.....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I     PENDAHULUAN</b>	
A. Penegasan Judul.....	1
B. Alasan memilih judul.....	5
C. Latar Belakang Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah.....	11
E. Tujuan Penelitian.....	11
F. Manfaat Penelitian.....	11
G. Metode Penelitian.....	12
<b>BAB II     STRATEGI BIMBINGAN TERHADAP PERUBAHAN FISIK LANSIA</b>	
A. Strategi Bimbingan.....	21
1. Pengertian Strategi.....	21
2. Bimbingan.....	23
a. Pengertian Bimbingan.....	24
b. Prinsip-prinsip Bimbingan.....	25
3. Strategi Bimbingan.....	26
B. Perubahan Fisik Lansia.....	28
1. Definisi Lanjut Usia.....	28
2. Batasan Lanjut Usia.....	30
3. Ciri – ciri Usia Lanjut.....	32
4. Tugas Perkembangan Usia Lanjut.....	36
5. Perubahan Fisik Lanjut Usia.....	36
6. Teori Pendekatan Behavioral.....	41
C. Tinjauan Pustaka.....	42

<b>BAB III</b>	<b>UNIT PELAKSANAAN TEKNIS DAERAH PANTI SOSIAL LANJUT USIA TRESNA WERDHA NATAR LAMPUNG SELATAN DAN STRATEGI BIMBINGAN TERHADAP PERUBAHAN FISIK LANSIA</b>	
A.	Gambaran Umum UPTD Tresna Werdha Natar Lampung Selatan.....	44
1.	Sejarah Singkat UPTD PSLU Tresna Werdha Lampung.....	44
2.	Tugas dan Fungsi UPTD PSLU Tresna Werdha Lampung.....	46
3.	Visi dan Misi UPTD PSLU Lampung.....	46
4.	Tujuan UPTD UPTD PSLU Lampung.....	47
5.	Sasaran dan Kebijakan UPTD PSLU Lampung.....	48
6.	Hak, Kewajiban, Kebutuhan dan Permasalahan Lanjut Usia... ..	53
B.	Sarana dan Prasarana UPTD PSTW Natar.....	57
C.	Struktur Organisasi UPTD PSLU Tresna Werdha Lampung.....	58
D.	Pelaksanaan Bimbingan Fisik UPTD Tresna Werdha.....	60
1.	Pelaksanaan Bimbingan Fisik.....	60
2.	Sasaran Bimbingan Fisik di Panti Sosial Tresna Werdha Natar	60
3.	Tujuan Bimbingan Fisik di Panti Sosial Tresna Werdha Natar	61
4.	Kegiatan Bimbingan Fisik di Panti Sosial Tresna Werdha Natar.....	61
5.	Metode Bimbingan Fisik.....	62
6.	Strategi dan Teknik Bimbingan Fisik.....	63
E.	Hasil Strategi Bimbingan Terhadap Perubahan Fisik Lansia.....	68
F.	Hambatan Dalam Melaksanakan Bimbingan Fisik Lansia.....	68
<b>BAB IV</b>	<b>ANALISIS STRATEGI BIMBINGAN TERHADAP PERUBAHAN FISIK LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA NATAR LAMPUNG SELATAN</b>	
A.	Pelaksanaan Strategi Bimbingan Fisik.....	70
B.	Faktor Pendukung Dan Faktor Penghambat.....	75
<b>BAB V</b>	<b>PENUTUP</b>	
A.	Kesimpulan.....	77
B.	Saran.....	77
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>		
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>		



## DAFTAR TABEL

- Tabel 01. Daftar jumlah populasi 2019
- Tabel 02. Data kelayakan lanjut usia yang disantuni pada UPTD PSLU Tresna Werdha Bhakti Yuswa Lampung
- Tabel 03. Sarana dan Prasarana di UPTD PSLU Lampung
- Tabel 04. Lanjut Usia yang di wawancarai sehat secara fisik maupun psikis



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 01. Bagan Struktur Organisasi UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia  
Tresna Werdha Dinas Sosial Provinsi Lampung





## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran-lampiran

1. Surat Keterangan Judul Skripsi dan Penunjukkan Pembimbing dari Rektor  
    UIN Raden Intan Lampung
2. Surat Perubahan Judul
3. Kartu Konsultasi Skripsi
4. Surat Permohonan Izin Penelitian/Survei dari Fakultas Dakwah dan Ilmu  
    Komunikasi
5. Surat Rekomendasi Penelitian/Survei dari Kesbang dan Politik Daerah  
    Provinsi Lampung
6. Surat Rekomendasi Penelitian/Survey dari Dinas Sosial Provinsi Lampung
7. Pedoman Wawancara
8. Pedoman Observasi
9. Daftar nama-nama klien lanjut usia UPTD PSLU Tresna Werdha  
    Lampung Tahun 2019 bulan Mei
10. Dokumentasi Foto-foto Wawancara
11. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian di UPTD PSLU Tresna  
    Werdha Natar Lampung Selatan
12. Kartu Hadir Munaqasah

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Penegasan Judul

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam mengembangkan serta memahami judul di atas, maka perlu diperjelas beberapa kalimat yang dianggap perlu yaitu : “Strategi Bimbingan Terhadap Perubahan Fisik Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan”.

Strategi merupakan suatu proses dimana dianalisis kesempatan-kesempatan, dilakukan pemilihan sasaran-sasaran, perumusan rencana dan pelaksanaan serta pengawasan.<sup>1</sup> Menurut kamus besar bahasa indonesia strategi diartikan rencana yang cermat mengenai kegiatan untuk mencapai sasaran khusus.<sup>2</sup> Menurut Effendy, strategi pada hakekatnya adalah perencanaan (*planning*) dan manajemen (*managemen*) untuk mencapai suatu tujuan.<sup>3</sup> Strategi yang dimaksud penulis adalah perencanaan upaya-upaya yang akan dilaksanakan untuk menghasilkan suatu tujuan yang efektif.

Bimbingan merupakan suatu pertolongan yang menuntun. Bimbingan merupakan suatu tuntunan, hal ini mengandung pengertian bahwa dalam memberikan bimbingan bila keadaan menuntut, kewajiban dari pembimbing untuk memberikan bimbingan secara aktif, yaitu memberikan arah kepada

---

<sup>1</sup> Rosnia Wati, *Kamus Lengkap Ilmiah Populer*, (Surabaya : Karya Ilmu, 2005), h.437.

<sup>2</sup><http://kbbi.web.id/strategi> diakses 30 januari, 2019, pukul : 10.37.

<sup>3</sup> Louhenapessy, Melisa Cindy Kharisma. Februari 2016. *Strategi Manajemen Produksi Program Berita Detak Melayu Di Riau Televisi*. JOM FISIF. Vol. 3 No. 1

yang dibimbingnya.<sup>4</sup> Peneliti menyimpulkan strategi bimbingan yang dimaksud diatas merupakan suatu proses perumusan rencana dan pelaksanaan serta pengawasan pembimbing sebagai pertolongan yang menuntun untuk memberikan bimbingan secara aktif.

Perubahan (*change*) perkembangan mengandung perubahan, tetapi bukan berarti setiap perubahan bermakna perkembangan. Perubahan itu tidak pula mempengaruhi proses perkembangan seseorang dengan cara yang sama. Menurut Shertzer dan Stone bimbingan adalah individu yang biasanya sedang mengalami perkembangan dan pertumbuhan mental, sosial, intelektual, fisik, emosi, kejiwaan, dan kerohanian.<sup>5</sup> Perubahan-perubahan dalam perkembangan bertujuan untuk memungkinkan orang menyesuaikan diri dengan lingkungan dimana ia hidup. Untuk mencapai tujuan ini, maka realisasi diri atau yang biasanya disebut “aktualisasi diri” merupakan faktor yang sangat penting. Tujuan ini dapat dianggap sebagai suatu dorongan untuk melakukan sesuatu yang tepat, untuk menjadi manusia seperti yang diinginkan baik secara fisik maupun psikis.<sup>6</sup> Realisasi diri memainkan peranan dalam kesehatan jiwa seseorang. Orang yang berhasil menyesuaikan diri dengan baik secara pribadi dan sosial, akan mempunyai kesempatan untuk mengungkapkan minat dan keinginannya dengan cara-cara yang memuaskan dirinya. Kurangnya mengaktualisasikan diri akan menimbulkan kekecewaan dan sikap sikap negatif terhadap kehidupan pada umumnya.

---

<sup>4</sup> Bimo Wagito, *Bimbingan dan Konseling (Study & Karier)*, Yogyakarta: ANDI, h. 6

<sup>5</sup><https://pengertianahli.id>, diakses 21 mei, 2019, pukul 18:41.

<sup>6</sup>Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, Edisi Kelima, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 1980) h.3



Fisik berarti jasmani fisik juga berarti badan.<sup>7</sup> Menurut kamus besar bahasa Indonesia fisik memiliki arti badan seorang karakteristik harus terlatih baik fisik maupun mentalnya.<sup>8</sup> Fisik yang dimaksudkan oleh penulis adalah keadaan jasmani seseorang. Yang artinya bagian tubuh manusia. Perubahan fisik adalah perubahan bentuk yang terjadi secara bertahap atau fisik dan bisa diamati secara langsung.<sup>9</sup> Perubahan fisik menurut penulis adalah individu yang mengalami perubahan atau perkembangan keadaan fisik dan badan yang terjadi secara bertahap.

Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia lanjut usia atau lansia diartikan sudah berumur tua.<sup>10</sup> Lanjut usia adalah kelompok manusia yang berusia 60 tahun ke atas. Pada lanjut usia akan terjadi proses menghilangnya kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya secara perlahan-lahan sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang terjadi. Oleh karena itu, dalam tubuh akan menumpuk makin banyak distorsi metabolik dan struktural yang disebut penyakit degeneratif yang menyebabkan lanjut usia akan mengakhiri hidup dengan episode terminal.<sup>11</sup>

Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan berlokasi di jalan Sitara No. 1490 Desa Muara Putih, Kecamatan Natar Lampung Selatan,

---

<sup>7</sup><https://kbbi.web.id/fisik>, diakses 30 januari, 2019, pukul : 11:32.

<sup>8</sup>[Http://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/fisik](http://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/fisik), diakses pada tanggal 02 februari 2019, pukul, 14.12

<sup>9</sup><http://kbbi.web.id/fisik>, diakses pada tanggal 07 februari 2019, pukul, 10.33

<sup>10</sup>Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2005), h. 496

<sup>11</sup> Sunaryo, Rahayu Wijayanti, Meisje Marlyn Kuhu, DKK, *Asuhan Keperawatan Gerontik*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2016), h. 55-56

Provinsi Lampung, yang dikelola oleh Dinas Kesejahteraan Sosial Provinsi Lampung (UPTD PSTW Bhakti Yuswa Lampung) dan pada tahun 2008 UPTD PSPLU Bhakti Yuswa yang secara teknis dibawah binaan Dinas Sosial Provinsi Lampung. Berdasarkan peraturan Gubernur lampung No. 27 Tahun 2010, UPTD PSPLU berubah nomenkuler menjadi Unit Pelaksanaan Teknis Daerah Panti Sosial Lanjut Usia (UPTD PSLU) Tresna Werdha Lampung.

Berdasarkan penjelasan diatas strategi bimbingan adalah proses perumusan rencana untuk mencapai suatu tujuan yang akan dihasilkan. Istilah perubahan fisik berarti suatu perubahan dalam perkembangan badan bertujuan untuk memungkinkan orang menyesuaikan diri dengan lingkungan dimana ia hidup. Berdasarkan penjelasan diatas UPTD PSLU Tresna Werdha Lampung adalah lembaga dibawah binaan Dina Sosial Provinsi Lampung.

Lanjut usia semakin hari semakin tua usianya dan harus mempunyai keadaan fisik yang kuat untuk menuju kehidupan selanjutnya tetap terjaga, maka dari itu salah satu strategi atau cara yang akan digunakan pembimbing agar lansia tetap dapat memperhatikan keadaan fisik dan kesehatannya adalah dengan cara pemberian bimbingan fisik yang mendalam.

Dari beberapa pengertian istilah yang digunakan dalam penelitian ini, bisa dipahami bahwa yang dimaksud dengan judul skripsi “Strategi Bimbingan Terhadap Perubahan Fisik Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha

Natar Lampung Selatan” adalah bagaimana strategi bimbingan fisik dapat diberikan kepada lansia.

Dalam skripsi ini, penulis bermaksud ingin mengetahui seberapa besarkah pengaruh bimbingan fisik di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan yang diberikan pembimbing atau instruktur untuk lansia agar keadaan lansia lebih baik dan tetap terjaga.

## **B. Alasan Memilih Judul**

1. Karena mengingat lanjut usia yang harus tetap memperhatikan kesehatan lanjut usia agar tetap terjaga.
2. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat serta menambah wawasan si penulis untuk mengembangkan strategi bimbingan terhadap perubahan fisik lanjut usia.

## **C. Latar Belakang Masalah**

Kita menyadari bahwa kemajuan ekonomi, perbaikan lingkungan, dan majunya pengetahuan dan teknologi terutama ilmu kedokteran, promosi kesehatan, pencegahan penyakit, dan pelayanan kesehatan mengakibatkan meningkatnya umur harapan hidup manusia (*life expectancy*). Mengakibatkan jumlah orang lanjut usia akan bertambah dan ada kecenderungan akan meningkat dengan cepat. Peningkatan jumlah penduduk lanjut usia akan membawa dampak terhadap berbagai aspek kehidupan baik bagi individu lanjut usia itu sendiri, keluarga, masyarakat, maupun pemerintah. Implikasi ekonomis yang penting dari peningkatan jumlah penduduk lanjut usia adalah



peningkatan rasio ketergantungan usia lanjut yang disebabkan kemunduran fisik, psikis, dan sosial lanjut usia. Hal ini digambarkan melalui tiga tahap yaitu, kelemahan, keterbatasan fungsional, ketidak mampuan, dan keterhambatan yang dialami bersamaan dengan proses kemunduran akibat proses menua (*aging process*).<sup>12</sup>

Lanjut usia tentu akan dialami oleh setiap manusia, setiap individu pasti menginginkan dapat menjalani masa tuanya dengan kebahagiaan. Namun dikarenakan kondisi dimasa tua yang mengalami berbagai kemunduran atau penurunan baik dari fungsi fisik maupun psikis maka kebahagiaan yang diinginkan oleh lanjut usia akan sulit untuk didapatkan.

Karena terjadinya penurunan dan kemunduran kondisi yang dialami lanjut usia maka muncul berbagai permasalahan – permasalahan baru pada lanjut usia. Permasalahan lanjut usia terjadi karena secara fisik mengalami proses penuaan yang disertai dengan kemunduran fungsi pada sistem tubuh sehingga secara otomatis akan menurunkan pula keadaan psikologis dan sosial dan puncak pertumbuhan dan perkembangan.

Elida prayitno, mengungkapkan proses menjadi tua kadang menyenangkan, kadang kurang menyenangkan, namun yang pasti menjadi tua tidak terelakkan, karena merupakan proses yang alami. Jauh sebelumnya Elizabeth B. Hurlock, juga menyatakan usia tua merupakan periode penutup dalam rentang kehidupan seseorang, yaitu sebuah periode seseorang yang telah

---

<sup>12</sup> Lilik Ma'rifatun Aziah, *Keperawatan Lanjut Usia*, (Yogyakarta: Graha Ilmu 45, 2011) h.65

beranjak dari periode yang produktif. Pada setiap periode gangguan psikologis sering terganggu seperti depresi, dan termasuk *anxiety* (Ifdil, B Khairul, Taufik, T. Dan Ifdil) termasuk juga usia lanjut.<sup>13</sup> Perubahan fisik meliputi perubahan dari tingkat sel sampai kesemua sistem organ tubuh, diantaranya sistem pernafasan, pendengaran, penglihatan, kardiovaskuler, sistem pengaturan tubuh, muskuloskeletal, gastrointestinal, genito urinaria, endokrin dan integumen.<sup>14</sup>

Keberadaan usia lanjut ditandai dengan harapan hidup yang semakin meningkat dari tahun ke tahun, hal tersebut membutuhkan upaya pemeliharaan serta peningkatan kesehatan dalam rangka mencapai masa tua yang sehat, bahagia, berdaya guna, dan produktif.<sup>15</sup> Penuaan adalah suatu proses alami yang tidak dapat dihindari, berjalan secara terus menerus, dan berkesinambungan. Selanjutnya, penuaan akan menyebabkan perubahan anatomis, fisiologis, dan biokimia pada tubuh secara keseluruhan.<sup>16</sup>

Penuaan ditandai dengan adanya kemunduran biologis yang terlihat sebagai gejala-gejala kemunduran fisik, antara lain kulit mulai mengendur, timbul keriput, rambut beruban, gigi mulai ompong, pendengaran, dan penglihatan berkurang, mudah lelah, gerakan menjadi lamban dan kurang lincah, serta terjadi penimbunan lemak terutama di perut dan di pinggul. Kemunduran yang terjadi adalah kemampuan kemampuan kognitif seperti suka

---

<sup>13</sup> *Ibid*, h. 69 - 70

<sup>14</sup> *Ibid*, h. 188

<sup>15</sup> Pasal 19 UU No. 23 Tahun 1992 tentang kesehatan

<sup>16</sup> Depkes RI 2001

lupa, kemunduran orientasi terhadap waktu, ruang, tempat, serta tidak mudah menerima hal atau ide baru.

Ketika anak-anak beranjak dewasa dan sudah membentuk keluarga , kewajiban mengasuh dan membiayai, mendidik dan mengawasi anak-anak tidak lagi dilakukan. Tetapi mereka berada pada kondisi kemunduran fisik biologis dan psikologis, serta hilangnya anak-anak dari rumah. Sebaiknya para lanjut usia tetap berada dalam keluarganya yang sediakala, jika jalan keluar untuk penghidupan bersama lanjut usia dalam keluarga besar sulit dilakukan mereka para lanjut usia mau dititipkan di panti jompo dengan kemauan lanjut usia sendiri, keberadaan lanjut usia seringkali dipersepsikan secara negatif dan keliru, dimana lanjut usia dianggap sebagai beban keluarga maupun masyarakat sekitarnya. Hal ini muncul karena melihat dari kasuistik terhadap lanjut usia yang hidupnya sangat tergantung kepada orang.

Semakin menuanya umur seseorang maka mereka semakin membutuhkan tempat untuk berlindung dan mendapatkan kasih sayang terutama dari keluarga, tetapi dalam kenyataannya banyak lanjut usia yang dititipkan oleh keluarga ke panti – panti sosial bahkan diantara mereka ada yang terlantar. Sebagaimana dengan jelas ditegaskan dalam surat Al-Isra' ayat 23:



❖ وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبْلُغَنَّ  
عِنْدَكَ الْكَبَرُ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا  
تَنْهَرُهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا ﴿٢٣﴾

Artinya : “Dan Tuhanmu telah memerintahkan agar kamu jangan menyembah selain Dia dan hendaklah berbakti kepada ibu-bapak. Jika salah seorang keduanya atau kedua – keduanya sampai berusia lanjut dalam pemeliharaanmu, maka sekali – sekali janganlah engkau mengatakan kepada keduanya perkataan ‘ah’ dan janganlah engkau membentak keduanya, dan ucapkanlah kepada keduanya perkataan yang baik” (QS.Al.Isra’23)<sup>17</sup>

Dalam hal pemeliharaan orangtua lanjut ini, merupakan sepenuhnya kewajiban anak. Namun karena suatu hal dan kondisi tertentu sang anak biasanya menitipkan orang tuanya ke panti lanjut usia atau panti jompo, hal inilah yang mengakibatkan orang tua anak tersebut merasa disisihkan, merasa kurang mendapat perhatian dari keluarga, kesepian, dan merasa tidak diakui keberadaannya. Keadaan yang ada pada lanjut usia cenderung berpotensi menimbulkan masalah kesehatan baik kesehatan fisik maupun kesehatan jiwa. Oleh karena itu diperlukan penyuluhan yang efektif kepada lanjut usia agar dapat menerima keadaan dengan mencari sisi positif dari kemampuan dan pengalaman yang ada pada lanjut usia, agar ia berpikir bahwa ia masih berguna dan dibutuhkan orang lain.

Berdasarkan hasil prasurvey tanggal 14 januari 2019 didapatkan data bahwa di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, saat ini ditempati oleh 78 orang lanjut usia, baik itu laki-laki maupun perempuan. Mayoritas lansia di Tresna Werdha tersebut sebelumnya tidak memiliki

<sup>17</sup> Al-Quran dan Terjemahannya, (Bandung:Penerbit Diponegoro, 2005), h.225

keluarga, atau lansia yang diterlantarkan. Lansia yang berada di UPTD PSLU Tresna Werdha diambil dari jalan, rumah sakit, di antar oleh Kepala desa, kantor polisi, atau lansia yang datang sendiri yang memang sebelumnya tidak memiliki keluarga, di panti sosial Tresna Werdha Natar ini memiliki kegiatan rutin bimbingan fisik seminggu sekali, yaitu pada hari jum'at. Kegiatan mencakup olahraga senam, penyuluhan kesehatan mereka di bimbing oleh pembimbing/instruktur di Panti Sosial Tresna Werdha. Sebelum memulai kegiatan bimbingan fisik mereka bergotong royong membersihkan halaman sesuai wisma yang ditempati di Panti Sosial Tresna Werdha dan sekaligus menunggu instruktur dan orang dari luar panti untuk ikut serta mengikuti kegiatan, lansia yang mengikuti bimbingan fisik kurang lebih sekitar 20 lanjut usia baik itu laki-laki maupun perempuan.<sup>18</sup>

Kondisi fisik lansia yang banyak dipengaruhi dari latar belakang yang pernah mereka alami, maupun dari kondisi ataupun dari kondisi psikis yang kurang diperhatikan, atau yang sudah dialami, latar belakang yang kurang jelas dan tidak adanya bimbingan menyebabkan mereka kurang memahami keadaan fisik mereka agar tetap terjaga. Kebanyakan lansia yang ada di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar memiliki masalah fisik seperti rematik, pikun, penglihatan berkurang dan sejenisnya, dengan adanya bimbingan fisik ini diharapkan dapat membantu lanjut usia untuk dapat lebih memperhatikan kondisi kesehatan mereka dan tetap menjaga pola kehidupannya agar dapat menjalani kehidupan sehari-hari dan menerima keadaan fisiknya.

---

<sup>18</sup>Anna Destiana, Sebagai Kepala Seksi Pelayanan di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, *Wawancara* 14 Januari 2019

Identifikasi masalah yang didapat berdasarkan latar belakang masalah antara lain:

1. Kurangnya pemahaman lansia tentang keadaan yang dialaminya
2. Keadaan dari pola kehidupan sebelumnya yang tidak teratur
3. Pengetahuan yang kurang tentang kesehatan
4. Kondisi penyakit yang mempengaruhi keadaannya

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah ini, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah: Bagaimana strategi bimbingan terhadap perubahan fisik lansia ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran strategi bimbingan terhadap perubahan fisik lansia.

#### **F. Kegunaan Penelitian**

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan berguna secara teoritis sebagai aset pengembangan ilmu pengetahuan tentang strategi bimbingan terhadap perubahan fisik lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan guna membantu para lansia yang menghadapi permasalahan yang sama.



## 2. Kegunaan Praktis

Penelitian ini diharapkan berguna bagi sumber - sumber informasi yang realitas dikalangan masyarakat serta bagi diri penulis dan pengembangan ilmu pengetahuan di bidang studi bimbingan konseling islam di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung khususnya untuk mengatasi permasalahan yang sama.

## G. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah cara berfikir, berbuat yang dipersiapkan dengan baik-baik untuk mengadakan penelitian, dan untuk mencapai suatu tujuan penelitian.<sup>19</sup> Dalam penelitian ini peneliti menggunakan penelitian kualitatif. Metode kualitatif adalah jenis penelitian yang temuan-temuannya tidak diperoleh melalui kuantifikasi, perhitungan statistik, atau bentuk cara-cara lainnya yang menggunakan ukuran angka.<sup>20</sup> Untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini penulis menggunakan metode yaitu sebagai berikut:

### 1. Jenis penelitian dan Sifat penelitian

#### a. Jenis penelitian

Dilihat dari jenisnya, maka penelitian ini termasuk penelitian lapangan (*field research*), yaitu suatu jenis penelitian yang berusaha untuk mengumpulkan data dan informasi mengenai permasalahan

---

<sup>19</sup> Asep saepul Hamdi A Bahrudin, *Metode Penelitian Aplikasi Dalam Pendidikan* (Yogyakarta: Deuplish, 2014), h.5

<sup>20</sup> Muh Fitrah, Lutfiyah, *Metodelogi Penelitian* (Sukabumi: CV Jejak, 2017), h.44

dilapangan.<sup>21</sup> Menurut sumardi suryabrata penelitian yang bertujuan untuk mempelajari secara intensif tentang latar belakang keadaan sekarang, dan interaksi lingkungan sesuatu unit sosial : individu, kelompok, lembaga atau masyarakat maka dapat disebut penelitian lapangan (*field research*).<sup>22</sup> Yaitu yang diperlukan adalah data yang berkenaan dengan strategi bimbingan terhadap perubahan fisik lansia . adapun lokasi yang dilakukan penulis adalah Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan.

#### b. Sifat Penelitian

Dilihat dari jenisnya sifat penelitian ini adalah deskriptif penelitian yang mempunyai tujuan untuk membuat pencandraan sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi daerah tertentu.<sup>23</sup> Menurut Cholid Nabuko dan Abu achmadi penelitian deskriptif yaitu penelitian yang berusaha untuk menuturkan pemecahan masalah yang ada sekarang berdasarkan data-data, jadi ia juga menyajikan data menganalisi dan menginterpretasi.<sup>24</sup>

Jadi sifat penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan kualitatif dan data yang diperoleh langsung dari objek penelitian, yaitu

---

<sup>21</sup> M. Ahmad Anwar, *Prinsip-prinsip Metodologi Research* (Yogyakarta: Sumbangsih, 1975), h.22

<sup>22</sup> Sedamayanti, Syarifudin hidayat, *Metodologi Penelitian*, (Bandung: Bandar maju, 2002), h.04.

<sup>23</sup> Sumadi Suryabrata, *Metode Penelitian Masyarakat*, (Jakarta: Gramedia, 1985), h.141.

<sup>24</sup> Cholidin Nabuko, Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian* (Jakarta: Bumi Aksara, 2015), h.04.

tentang strategi bimbingan terhadap perubahan fisik lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan.

## 2. Populasi dan Sampel

### a. Populasi

Populasi merupakan jumlah secara keseluruhan objek yang akan diteliti populasi juga merupakan suatu kumpulan menyeluruh dari suatu kumpulan menyeluruh dari suatu objek yang merupakan perhatian peneliti. Objek penelitian dapat berupa makhluk hidup, benda, sistem dan prosedur, fenomena dan lain-lain.<sup>25</sup> Adapun *Suharsimi Arikanto* berpendapat bahwa yang dimaksud dengan populasi adalah “keseluruhan subjek penelitian”<sup>26</sup> populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>27</sup>

Dari data observasi yang penulis dapat populasi lanjut usia di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan berjumlah 27 personil yang bertugas di Panti dan 50 orang lanjut usia di wisma biasa, jadi total keseluruhan populasi 77 orang.

<sup>25</sup> Sumadi Suryabrata, *Op.Cit.* h.145

<sup>26</sup> Cholidin Narbuko, Abu Achmadi, *Op.Cit.* h. 173

<sup>27</sup> Ardial, *Penelitian Komunikasi*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2014), h. 336

## b. Sampel

Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti yang dianggap mewakili terhadap seluruh populasi dan diambil dengan menggunakan teknik tertentu.<sup>28</sup> Dalam penelitian ini, tidak semua populasi akan dijadikan sumber data, melainkan dari sample saja, pengambilan sample dilakukan dengan menggunakan metode *non random sampling* yaitu tidak semua individu dalam populasi diberi peluang sama untuk dijadikan anggota sampel.<sup>29</sup> Umumnya populasi tersebut jumlahnya besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi. Hal ini disebabkan karena keterbatasan dana, tenaga, dan waktu. Untuk itu, sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif (mewakili).<sup>30</sup>

Populasi yang diteliti agar lebih spesifik perlu diadakan pemilihan objek secara khusus yang akan diteliti, dalam hal ini adalah sample penelitian. Untuk diperlukan teknik sampling (cara yang digunakan untuk mengambil sample).<sup>31</sup>

---

<sup>28</sup> Ali Muhammad, *Penelitian Kependidikan Prosedur dan Strategi*, (Bandung: Angkasa, 1987), h. 193

<sup>29</sup> Sutrisno Hadi, *Metodelogi Research*, (Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi UGM, 1973), h.80

<sup>30</sup> Ardial, *Op.Cit.* h. 336-337

<sup>31</sup> *Ibid*, h. 75



Berdasarkan pendapat diatas, kriteria untuk menjadi sampel dalam penelitian ini adalah:

- 1) Petugas yang memegang wewenang dalam pelaksanaan kegiatan 1 orang.
- 2) Pembimbing yang memberikan bimbingan fisik 1 orang.
- 3) Lanjut usia yang aktif menjalani bimbingan fisik 20 orang.
- 4) Lanjut usia yang masih merespon atau memahami yang disampaikan pembimbing 16 orang.

Setelah penulis mengelompokkan kategori dari ciri – ciri yang sudah ditentukan, maka disini penulis mengambil sampel atau responden 1 pembimbing dan 5 orang lanjut usia yang sehat secara fisik, maksudnya keadaan lanjut usia yang masih mampu mengikuti kegiatan seperti pendengaran, penglihatan, dan fisik yang masih kuat, ditambah 1 orang petugas yang berada di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar tersebut. Maka sampel dalam penelitian ini berjumlah 7 orang.

#### c. Metode Pengumpulan Data

##### 1) Observasi

Istilah observasi berasal dari bahasa latin, yaitu berarti “melihat” dan memperhatikan. Istilah observasi ini diarahkan pada kegiatan memperhatikan secara akurat, mencatat fenomena yang muncul dan mempertimbangkan hubungan antar aspek dalam

fenomena tersebut.<sup>32</sup> Metode observasi adalah pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati dan mencatat secara sistematis gejala – gejala yang diselidiki.<sup>33</sup> Akan tetapi, observasi di sini diartikan lebih sempit, yaitu pengamatan dengan menggunakan indera penglihatan yang berarti tidak mengajukan pertanyaan – pertanyaan.<sup>34</sup>

Teknik pengumpulan data dengan observasi digunakan apabila penelitian berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan bila responden yang diamati tidak terlalu besar.

Metode observasi dibagi menjadi dua macam yaitu :

a) Observasi nonpartisipan

Jika dalam observasi partisipan peneliti terlibat langsung dengan aktivitas orang yang sedang diamati, maka dalam observasi nonpartisipan peneliti tidak terlibat dan hanya sebagai pengamat independen saja.<sup>35</sup>

Sebagai metode pokok untuk memperoleh data sebagai berikut :

- (1) Program kerja atau kegiatan yang dilaksanakan oleh Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan.

---

<sup>32</sup> Rahayu Trilin, Ardani Ardi Tristiadi, *Observasi dan Wawancara*, (Malang: PT Madu Media, 2004), h. 12

<sup>33</sup> Husaini Husman, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung: Bumi Aksara, 1995), h. 45

<sup>34</sup> Irawan Soehart, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2008), h. 69.

<sup>35</sup> Cholidin Narbuko, Abu Achmadi, *Op.Cit.* h. 98

(2) Aktivitas pembimbing saat menerapkan strategi dalam menghadapi perubahan fisik lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan.

(3) Media atau sarana yang digunakan dalam proses pemberian strategi kepada lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan.

## 2) Interview (wawancara)

Metode interview adalah bentuk komunikasi antara dua orang, melibatkan seseorang yang ingin memperoleh informasi dari seorang lainnya dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan berdasarkan tujuan tertentu.<sup>36</sup>

Metode interview dibagi menjadi tiga macam yaitu :

- a) Interview terpimpin
- b) Interview tak terpimpin
- c) Interview bebas terpimpin<sup>37</sup>

Adapun metode yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah metode interview terpimpin dengan menggunakan pertanyaan untuk diajukan kepada subjek penelitian namun isinya diserahkan kepada kebijakan pewawancara. Penulis menggunakan metode interview terpimpin dalam penelitian ini sebagai metode pelengkap dari metode

<sup>36</sup> Dedy Mulyana, *Metodelogi Penelitian Kualitatif Paradigma Baru Ilmu Komunikasi dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2006), h. 180

<sup>37</sup> Sutrisno Hadi, *Op.Cit*, h. 132

pokok untuk memperoleh data sekunder, yaitu untuk mengetahui perasaan orang lain, pengalaman, apa yang ada dalam ingatannya, bagaimana motivasi dan emosi yang dikehendaki, maka jalan yang tepat adalah bertanya kepada orang lain.

### 3) Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah metode yang digunakan dalam mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah dan sebagainya.<sup>38</sup> Oleh sebab itu dalam setiap penelitian tidak dapat dilepaskan dari literatur-literatur ilmiah, sehingga kegiatan ini menjadi sangat penting. Dalam teknik ini penulis berusaha memperoleh data-data dokumentasi yang berkaitan dengan pelaksanaan strategi bimbingan terhadap perubahan fisik lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Natar, seperti berkas-berkas, profil lembaga, foto-foto serta arsip-arsip yang berkaitan dengan penelitian.

### 4) Analisis data

Analisis data dalam penelitian kualitatif, model Miles and Huberman yaitu dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, dan setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu.<sup>39</sup> Menurut Suharsimi Arikunto analisis kualitatif digambarkan dengan kata-kata atau kalimat yang dipisahkan menurut kategori untuk memperoleh

---

<sup>38</sup>Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi*, (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2013), h. 326

<sup>39</sup>*Ibid.* h. 337

kesimpulan dan diangkat sekedar untuk mempermudah dua penggabungan dua variabel, selanjutnya dikualifikasikan kembali.<sup>40</sup>

Karena data yang dianalisis merupakan data kualitatif, yang mana cara menganalisis, menggambarkan kata-kata atau kalimat sehingga dapat disimpulkan, kemudian tahap akhir adalah mengambil kesimpulan secara sistematis, metodis, logis dan universal dengan cara induktif, untuk menarik kesimpulan dari data yang diperoleh yaitu berangkat dari fakta – fakta atau peristiwa – peristiwa yang kongkrit dan umum kemudian ditarik menjadi kesimpulan yang bersifat khusus.



---

<sup>40</sup> Jalaludin Rahmat, *Metodelogi Penelitian Komunikasi*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2000), h. 97



## BAB II

### STRATEGI BIMBINGAN TERHADAP PERUBAHAN FISIK LANSIA

#### A. Strategi Bimbingan

##### 1. Pengertian strategi

Strategi secara umum didefinisikan sebagai cara mencapai tujuan.

Strategi terdiri dari aktivitas-aktivitas penting yang diperlukan untuk mencapai tujuan.<sup>41</sup> Strategi di tinjau segi etimologi, strategi berasal dari bahasa Yunani yakni “*strato*” yang artinya pasukan dan “*agenis-agenis*” yang artinya memimpin. Ahmad S. Adnanputra pakar Humas dalam naskah workshop berjudul *PR Strategy* mengatakan bahwa arti strategi adalah bagian terpadu dari suatu rencana (plan).<sup>42</sup>

Strategi merupakan suatu proses dimana dianalisis kesempatan-kesempatan, dilakukan pemilihan sasaran-sasaran, perumusan rencana dan pelaksanaan serta pengawasan.<sup>43</sup> Strategi dipahami juga sebagai sebuah upaya yang dilakukan dengan menggunakan berbagai cara atau upaya (berdasarkan ilmu dan seni) agar apa yang telah direncanakan dapat dicapai dengan efektif serta efisien.<sup>44</sup> Istilah strategi memiliki beberapa makna, antara lain (a) rangkaian konsep dan asas yang menjadi garis besar dan dasar rencana dalam pelaksanaan suatu pekerjaan, kepemimpinan, dan

---

<sup>41</sup> Arif Yusuf Hamali, *Pemahaman Strategi Bisnis dan Kewirausahaan*, Edisi Pertama, (Jakarta: Kharisma Putra Utama, 2016), h. 16

<sup>42</sup> Rosady Ruslan, *Manajemen Public Relations dan Media Komunikasi*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2012), h. 133

<sup>43</sup> Rosniawati, *Kamus Lengkap Ilmiah Populer*, (Surabaya: Karya Ilmu, 2005), h. 437

<sup>44</sup> Ali Moertopo, *Strategi Kebudayaan*, (Jakarta: Yayasan Proklamasi CSIS, 1978) h. 7

cara bertindak, (b) pernyataan cita-cita, tujuan, prinsip, atau maksud sebagai garis pedoman untuk manajemen dalam usaha mencapai sasaran, dan (c) garis haluan.<sup>45</sup>

Strategi dapat diartikan sebagai siasat, manajemen, atau cara yang dipakai sehubungan dengan upaya pencapaian suatu tujuan dengan konsekuensi tertentu.<sup>46</sup> Pendapat lain menyatakan bahwa, strategi merupakan cara-cara yang digunakan oleh organisasi untuk mencapai tujuannya melalui pengintegrasian segala keunggulan organisasi dalam menghadapi tantangan dan ancaman yang dihadapi dan potensial untuk dihadapi dimasa mendatang oleh organisasi yang bersangkutan.<sup>47</sup> Menurut Sanjaya, strategi merupakan pola umum rentetan kegiatan yang harus dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu.<sup>48</sup>

Pada dasarnya strategi secara operasional adalah suatu proses yang telah direncanakan sedemikian rupa untuk meraih sesuatu yang diinginkan. Dengan demikian makna strategi akan lebih jelas jika telah digabung dengan kalimat lain, karena pada dasarnya strategi merupakan sebuah alat yang dapat digunakan untuk mengatur atau sebagai jalan serta mengolah dan menyusun suatu rencana.

---

<sup>45</sup> Pusat Bahasa Depdiknas, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), Hal 149

<sup>46</sup> Abdul Syani, *Sosiologi Skematika Teori dan Terapan*, (Jakarta: Lemhannas RI, 2002), h. 4

<sup>47</sup> Diah Tuhfat Yoshida, *Arsitektur Strategic Solusi Meraih Kemenangan dalam Dunia yang Senantiasa Berubah*, (Jakarta: PT. Alex Media Komputindo, 2006), h. 22 – 23

<sup>48</sup> Wina Sanjaya, *Teknologi Pembelajaran*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008) h. 99

Berdasarkan beberapa pengertian dapat dikemukakan bahwa strategi adalah suatu pola yang direncanakan dan ditetapkan secara sengaja untuk melakukan kegiatan atau tindakan. Strategi mencakup tujuan kegiatan, siapa yang terlibat dalam kegiatan, isi kegiatan, proses kegiatan, dan sarana penunjang kegiatan. Strategi yang diterapkan dalam layanan bimbingan dan konseling disebut strategi layanan bimbingan dan konseling

## 2. Bimbingan

Bimbingan merupakan bantuan atau tuntunan, yang mengandung pengertian bahwa pembimbing harus memberikan bantuan kepada yang dibimbingnya serta menentukan arah kepada yang dibimbingnya. Keadaan ini seperti yang dikenal dalam dunia pendidikan "*Tut Wuri Handayani*". Yaitu bahwa dalam memberikan bimbingan, arah diserahkan kepada yang dibimbingnya, hanya dalam keadaan yang memaksa pembimbing mengambil peran secara aktif di dalam memberikan bimbingannya.<sup>49</sup>

Jadi dalam bimbingan tersebut nampak jelas tekanannya diletakkan pada "pemberian bantuan atau pertolongan" dalam masalah pekerjaan atau jabatan seseorang dimasa mendatang. Dan memang bimbingan (*guidance*) itu mempunyai ruang lingkup menurut tujuan masing-masing seperti bimbingan jabatan sebagai tersebut diatas, yang mengnykut kependidikan

---

<sup>49</sup>Abu Ahmadi dan Ahmad Rohani Bimbingan dan Konseling Di Sekolah, (Jakarta: Rineka Cipta, 1991), h. 3.

dan serta pengembangannya, yang menyangkut kesejahteraan keluarga atau lain-lain lapangan kehidupan manusia.<sup>50</sup>

#### a. Pengertian Bimbingan

Bimbingan dan konseling merupakan terjemahan dari “guidance” dan “counseling” dalam bahasa Inggris. Secara harfiah istilah “guidance” dari akar kata “guide” berarti: (1) mengarahkan (to direct), (2) memandu (to pilot), (3) mengelola (to manage), dan (4) menyetir (to steer).<sup>51</sup> Rumusan demi rumusan tentang bimbingan bermunculan sesuai dengan perkembangan pelayanan bimbingan itu sendiri sebagai suatu pekerjaan khas yang di tekuni oleh para peminat dan ahlinya.

Menurut Chiskolm, bimbingan membantu setiap individu untuk lebih mengenali berbagai informasi tentang dirinya sendiri. Menurut Smith, bimbingan sebagai proses layanan yang diberikan kepada individu-individu guna membantu mereka memperoleh pengetahuan dan keterampilan-keterampilan yang diperlukan dalam membuat pilihan-pilihan, rencana-rencana, dan interpretasi-interpretasi yang diperlukan untuk menyesuaikan diri yang baik. Menurut Crow dan Crow, bimbingan adalah bantuan yang diberikan oleh seseorang, laki-laki atau perempuan, yang memiliki kepribadian yang memadai dan

<sup>50</sup> Bimo Wagito, *Op.Cit.* h. 18--19

<sup>51</sup> Syamsu Yusuf, A Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan & Konseling*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011), h.5.

terlatih dengan baik kepada individu-individu setiap usia untuk membantunya mengatur kegiatan hidupnya sendiri, mengembangkan pandangan hidupnya sendiri, membuat keputusan sendiri dan menanggung bebannya sendiri. Menurut Bernard dan Fullmer, bimbingan merupakan segala kegiatan yang bertujuan meningkatkan realisasi pribadi setiap individu.<sup>52</sup> Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan adalah proses bantuan yang diberikan oleh seorang ahli (konselor) kepada individu atau kelompok (konseli) tersebut dapat mencapai kesejahteraan hidupnya atau dengan kata lain bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada seseorang dalam usaha memecahkan permasalahan yang dialaminya.

#### b. Prinsip-prinsip Bimbingan

Prinsip-prinsip umum:

- 1) Bimbingan harus berpusat pada individu yang dibimbingnya. Antara dua orang individu tidak ada yang sama. Artinya tiap-tiap individu memiliki karakteristik yang berbeda. Meskipun dua orang individu memiliki masalah yang sama, tetapi bisa dipastikan bahwa faktor penyebabnya berbeda. Oleh sebab itu, ketika pembimbing memberikan bimbingan kepada seseorang, maka persoalan harus digali seseorang.

---

<sup>52</sup>Prayitno, Erman Amti, *Dasar – Dasar Bimbingan & Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), 93 – 94



- 2) Bimbingan diarahkan kepada memberikan bantuan agar individu yang dibimbing mampu mengarahkan dirinya dan menghadapi kesulitan-kesulitan dalam hidupnya.
- 3) Pemberi bantuan disesuaikan dengan kebutuhan individu yang satu dibimbing. Antara individu yang satu yang lain berbeda demikian juga dalam kebutuhannya oleh sebab itu, pembimbing harus memahami perbedaan kebutuhan tersebut agar bisa memberikan bantuan sesuai dengan kebutuhan.
- 4) Bimbingan berkenaan dengan sikap dan tingkah laku individu. Bimbingan dan konseling diberikan kepada individu dengan tujuan agar terjadi perubahan perilaku individu kearah yang lebih baik.<sup>53</sup>

### 3. Strategi bimbingan

Strategi layanan bimbingan dan konseling bahwa struktur program bimbingan dan konseling komprehensif dikategorikan ke dalam 4 jenis layanan, yaitu:

#### a) Layanan dasar

Layanan dasar bimbingan merupakan layanan bantuan bagi individu melalui kegiatan-kegiatan yang disajikan sistematis, dalam rangka membantu individu mengembangkan potensinya secara optimal.

---

<sup>53</sup>Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (berbasis integritas)*, Jakarta:Rajawali Pers, 2013. h. 63

b) Layanan perencanaan individual

Layanan perencanaan individual dapat diartikan sebagai layanan bantuan kepada individu agar mampu membuat dan melaksanakan perencanaan masa depannya, berdasarkan pemahaman akan kekuatan dan kelemahan dirinya. Perencanaan individual ini meliputi rencana pendidikan, karir, dan sosial pribadi sehingga rencana tersebut diharapkan dapat diimplementasikan oleh individu bersangkutan sesuai kemampuan.

c) Dukungan sistem

Dukungan sistem adalah kegiatan-kegiatan manajemen yang bertujuan memantapkan, memelihara, dan meningkatkan program bimbingan secara menyeluruh melalui pengembangan profesional, hubungan masyarakat dan staf, konsultasi dengan guru, staf ahli/penasehat, masyarakat yang luas, manajemen program, penelitian dan pengembangan. Dukungan sistem ini merupakan komponen layanan dan kegiatan manajemen yang secara tidak langsung memberikan bantuan kepada individu, atau memfasilitasi kelancaran perkembangan individu.<sup>54</sup>

Strategi bimbingan dan konseling dapat berupa konseling individual, konsultasi, bimbingan kelompok.

---

<sup>54</sup><http://aniendriani.blogspot.com>, diakses pada tanggal 04 juli 2019, pukul 00:01.

a. **Konseling individual**

Konseling individual adalah proses belajar melalui hubungan khusus secara pribadi dalam wawancara antara seorang konselor dan seorang konseli.

b. **Konsultasi**

Teknik lain dalam peluncuran program bimbingan adalah konsultasi. konsultasi merupakan salah satu strategi bimbingan yang penting sebab banyak masalah karena sesuatu hal akan lebih berhasil jika ditangani secara tidak langsung oleh konselor. Konsultasi dalam pengertian umum dipandang sebagai nasihat dari seorang yang profesional.

c. **Bimbingan kelompok**

Strategi lain dalam meluncurkan layanan bimbingan dan konseling adalah bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli.<sup>55</sup>

## **B. Perubahan Fisik Lansia**

### **1. Definisi Lanjut Usia**

Usia tua adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode di mana dahulu yang lebih menyenangkan, atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat.

---

<sup>55</sup> Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Layanan Bimbingan & Konseling*, (Bandung: Refika Aditama, 2007), h. 10-17

Akan tetapi orang sering menyadari bahwa usia kronologis merupakan kriteria yang kurang baik dalam menandai permulaan usia lanjut karena terdapat perbedaan tertentu diantara individu – individu dalam usia pada saat mana usia lanjut mereka mulai. Tahap terakhir dalam rentang kehidupan sering dibagi menjadi usia lanjut dini, yang berkisar antara usia enam puluh sampai tujuh puluh sam akhir kehidupan seseorang.<sup>56</sup> Menurut Erikson (dalam Schaie dan Willis) bahwa lansia merupakan suatu tahap kehidupan dimana seseorang harus mencapai integritas, sedangkan kegagalan dalam mencapai integritas akan menyebabkan kondisi. Dari beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa lansia merupakan prode terakhir dari perkembangan individu yang berada pada rentang usia 60 tahun ke atas, ditandai oleh adanya penurunan fungsi fisik, psikologi dan sosial.<sup>57</sup>

Keberadaan usia lanjut ditandai dengan umur harapan hidup yang semakin meningkat dari tahun ke tahun, hal tersebut membutuhkan upaya pemeliharaan serta peningkatan kesehatan dalam rangka mencapai masa tua yang sehat, bahagia, berdaya guna, dan produktif.<sup>58</sup> Penuaan adalah suatu proses alami yang tidak dapat dihindari, berjalan secara terus-menerus, dan berkesinambungan. Menjadi tua ditandai dengan adanya kemunduran biologis yang terlihat

---

<sup>56</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Op.Cit.* h. 380

<sup>57</sup> Herni Pasmawati. februari 2017, *Pendekatan Konseling untuk Lansia*, Syi'ar Vol. 17  
No. 1

<sup>58</sup> Pasal 16 UU No. 23 Tahun 1992 tentang Kesehatan

sebagai gejala-gejala kemunduran fisik, antara lain kulit mulai mengendur, timbul keriput, rambut beruban, gigi mulai ompong, pendengaran dan penglihatan berkurang, mudah lelah, gerakan menjadi lamban, dan kurang lincah, serta menjadi penimbunan lemak, terutama dibagian perut dan pinggul. Kemunduran lain yang terjadi adalah kemampuan-kemampuan kognitif seperti suka lupa, kemunduran orientasi terhadap waktu, ruang, tempat, serta tidak mudah menerima hal/ide baru.

#### a. Pengertian Usia Lanjut

Usia lanjut dikatakan sebagai tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia (Budi Anna Keliat, 1999). Sedangkan menurut pasal 1 ayat (2), (3), (4), No. 13 Tahun 1998 tentang Kesehatan dikatakan bahwa usia lanjut adalah seseorang yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun.<sup>59</sup>

## 2. Batasan Lanjut Usia

Mengenai kapanakah orang disebut lanjut usia, sulit dijawab secara memuaskan.<sup>60</sup> Dibawah ini dikemukakan beberapa pendapat mengenai batasan umur, yaitu:

WHO (1999) menggolongkan lanjut usia berdasarkan usia kronologis/biologis menjadi 4 kelompok yaitu usia pertengahan (*middle age*) antra usia 45 sampai 59 tahun, lanjut usia (*elderly*) berusia

<sup>59</sup> Maryam, R. Siti, DKK, *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*, (Jakarta: Salemba Medika, 2008), h. 32

<sup>60</sup> Siti Bandiyah, *Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik*, (Yogyakarta: Numed, 2009), h.



antara 60 dan 74 tahun, lanjut usia tua (*old*) usia 75-90 tahun, dan usia sangat tua (*very old*) diatas 90 tahun. Sedangkan menurut Nugroho yang di kutip oleh Lilik ma'rifatul Azizah, menyimpulkan pembagian umur berdasarkan pendapat beberapa ahli, bahwa yang disebut lanjut usia adalah orang yang berumur 65 tahun keatas. Menurut Prof. Dr. Koesmanto Setyonegoro, lanjut usia dikelompokkan menjadi usia dewasa muda (*aderly adulthood*), 18 atau 29-25 tahun, usia dewasa penuh (*midle years*) atau maturitas, 25-60 tahun atau 65 tahun, lanjut usia (*geriatric age*) lebih dari 65 tahun atau 70 tahun yang dibagi lagi dengan 70-75 tahun (*young old*) 75-80 tahun (*old*), lebih dari 80 (*very old*). Menurut UU no. 4 tahun 1965 pasal 1 seorang dapat dinyatakan sebagai seorang jompo atau lanjut usia setelah yang bersangkutan mencapai umur 55 tahun, tidak mempunyai atau tidak berdaya mencari nafkah sendiri untuk keperluan hidupnya sehari hari dan menerima nafkah dari orang lain. UU No. 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia bahwa lansia adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun keatas.<sup>61</sup> Menurut Samsunuwiyati Mar'at, masa Usia lanjut masih dibagi lagi menjadi dua tahap, yaitu tahap usia lanjut dini dan tahap usia lanjut dalu. Meskipun batas umur dari kedua tahap usia tua ini tidak ditentukan secara tepat, tetapi pada umumnya, usia tua dini dimulai pada usia 65-75 tahun.<sup>62</sup>

---


<sup>61</sup> *Ibid*, h. 2

<sup>62</sup> Samsunuwiyati Mar'at, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2009), h. 353

### 3. Ciri-ciri Usia Lanjut

Sama seperti periode lainnya dalam rentang kehidupan seseorang, usia lanjut ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis tertentu, akan tetapi, ciri-ciri usia lanjut cenderung menuju dan membawa penyesuaian diri yang buruk dari pada yang baik dan kepada kesengsaraan dari pada kebahagiaan. Itulah sebabnya mengapa usia lanjut lebih ditakuti daripada usia madya dalam kebudayaan Amerika.

#### a. Usia lanjut merupakan periode kemunduran



Perubahan-perubahan ini sesuai dengan hukum kodrat manusia yang pada umumnya dikenal dengan istilah “menua” perubahan-perubahan tersebut mempengaruhi struktur baik fisik maupun mentalnya dan keberfungsian juga. Periode selama usia lanjut, ketika kemunduran fisik dan mental terjadi secara perlahan dan bertahap dan pada waktu kompensasi terhadap penurunan dini dapat dilakukan, dikenal sebagai “senescence”, yaitu masa proses menjadi tua. Kemunduran itu sebagian dari faktor fisik dan sebagian lagi dari faktor psikologis. Penyebab fisik kemunduran ini merupakan suatu perubahan pada sel-sel tubuh bukan karena penyakit khusus tapi karena proses menua. Kemunduran dapat juga mempunyai penyebab psikologis, sikap tidak senang terhadap diri sendiri, orang lain, pekerjaan, dan kehidupan pada umumnya dapat menuju ke adanya uzur, secara fisik dan mental dan mungkin akan

segera mati, bagaimana seseorang mengatasi ketegangan dan stres hidup akan mempengaruhi laju kemunduran itu.

b. Perbedaan individual pada efek menua

Sebagai kebiasaan/ hukum umum bahwa penuaan fisik lebih cepat dibandingkan dengan penuaan mental, walaupun hal yang sebaliknya juga kadang-kadang terjadi, terutama apabila seseorang sangat memikirkan proses ketuaannya dan membiarkan saja penuaan mentalnya terjadi apabila tanda-tanda pertama ketuaan fisik tampak.

c. Usia tua dinilai dengan kriteria yang berbeda


Karena arti tua itu sendiri kabur dan tidak jelas dan tidak dapat dibatasi pada anak muda, maka orang cenderung menilai tua itu dalam hal penampilan dan kegiatan fisik. Dengan mengetahui bahwa hal tersebut merupakan dua kriteria yang amat umum untuk menilai usia mereka, banyak orang berusia lanjut melakukan segala apa yang dapat mereka sembunyikan atau samarkan yang menyangkut tanda-tanda penuaan fisik dengan memakai pakaian yang biasa dipakai orang muda dan berpura-pura mempunyai tenaga muda.

d. Pelbagai stereotipe orang lanjut usia

Stereotipe dan kepercayaan tradisional ini timbul dari pelbagai sumber, 4 yang paling umum dijelaskan berikut ini: pertama. Cerita

rakyat dan dongeng, yang diturunkan dari satu generasi ke generasi berikutnya, cenderung melukiskan usia lanjut sebagai usia yang tidak menyenangkan. Kedua, orang yang berusia lanjut sering diberi tanda dan diartikan orang secara tidak menyenangkan oleh berbagai media masa. ketiga, berbagai humor dan canda yang berbeda juga menyangkut aspek negatif orang usia lanjut, dengan acara yang tidak menyenangkan dan klise yang sebagian besar lebih menekankan sikap ketololan sebagai orang tua daripada kebijakan. Keempat sama pentingnya bahwa konsep diri tentang usia lanjut yang dimiliki orang, yang dibentuk pada awal tahun kehidupannya dan yang lebih banyak dilandasi oleh budaya klise daripada pengalaman pribadi seseorang pada usia lanjut.

e. Sikap sosial terhadap usia lanjut



Pendapat klise tentang usia lanjut mempunyai pengaruh yang besar terhadap sikap sosial baik terhadap usia lanjut maupun terhadap orang berusia lanjut. Dan karena kebanyakan pendapat klise tersebut tidak menyenangkan. Arti penting tentang sikap sosial terhadap usia lanjut yang tidak menyenangkan mempengaruhi cara mereka memperlakukan orang usia lanjut.

f. Orang usia lanjut mempunyai status kelompok-minoritas

Status kelompok-minoritas ini terutama terjadi sebagai akibat dari sikap sosial yang tidak menyenangkan terhadap orang usia

lanjut dan diperkuat oleh pendapat klise yang tidak menyenangkan tentang mereka.

g. Menua membutuhkan perubahan peran

Orang usia lanjut diharapkan untuk mengurangi peran aktifnya dalam urusan masyarakat dan sosial. Hal ini mengakibatkan pengurangan jumlah kegiatan yang dapat dilakukan oleh orang usia lanjut, dan karena-nya perlu mengubah beberapa peran yang masih dilakukan. Karena sikap sosial yang tidak menyenangkan bagi kaum usia lanjut, pujian yang mereka hasilkan dihubungkan dengan peran usia tua bukan dengan keberhasilan mereka. Perasaan tidak berguna dan tidak diperlukan lagi bagi orang usia lanjut menumbuhkan rasa rendah diri dan kemarahan, yaitu suatu perasaan yang tidak menunjang proses penyesuaian sosial seseorang.

h. Penyesuaian yang buruk merupakan ciri-ciri usia lanjut

Karena sikap sosial yang tidak menyenangkan bagi orang usia lanjut, yang nampak dalam cara orang memperlakukan mereka, maka tidak heran lagi kalau banyak orang usia lanjut mengembangkan konsep diri yang tidak menyenangkan. Mereka yang pada masalalunya sulit dalam menyesuaikan diri cenderung untuk semakin jahat ketimbang mereka yang dalam menyesuaikan diri pada masa lalunya mudah dan menyenangkan.



i. Keinginan menjadi muda kembali sangat kuat pada usia lanjut

Status kelompok-minoritas yang dikenakan pada orang berusia lanjut secara alami telah membangkitkan keinginan untuk tetap muda selama mungkin dan ingin dipermuda apabila tanda-tanda menua tampak.

4. Tugas perkembangan usia lanjut

Sebagian besar tugas perkembangan usia lanjut lebih banyak berkaitan dengan kehidupan pribadi seseorang dari pada kehidupan orang lain. Orang tua diharapkan untuk mencari kegiatan untuk mengganti tugas-tugas terdahulu yang menghabiskan sebagian besar waktu kala mereka masih muda. Akibat dari menurunnya tingkat kesehatan dan pendapatan, maka mereka perlu menjadwalkan dan menyusun kembali pola hidup yang sesuai dengan keadaan saat itu, yang sering sangat berbeda dengan apa yang dilakukan pada masa lalu.<sup>63</sup>

5. Perubahan Fisik Lanjut Usia

Seiring bertambahnya usia seseorang akan menimbulkan perubahan-perubahan pada struktur dan fisiologis dari berbagai sel/jaringan/organ dan sistem yang ada pada tubuh manusia sehingga

---

<sup>63</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Op.Cit.* h. 380 – 386

menyebabkan sebagian besar lansia mengalami kemunduran atau perubahan pada fisik, psikologis, dan sosial.<sup>64</sup>

Adapun kemunduran fisik lainnya seperti kehilangan salah satu anggota tubuh yang mengakibatkan penurunan kemampuan mempertahankan keseimbangan postural atau keseimbangan tubuh lansia. Berikut perubahan fisik yang terjadi pada lansia meliputi:

a. Sel

Sel menjadi lebih sedikit jumlahnya, lebih besar ukurannya, berkurangnya jumlah cairan tubuh dan berkurangnya cairan intraseluler, menurunnya proporsi protein di otak, otot, ginjal, darah, dan hati, jumlah sel otak menurun, terganggunya mekanisme perbaikan sel, serta otak menjadi atrofi, beratnya berkurang 5-10%.

b. Sistem persarafan

Terjadi penurunan berat otak sebesar 10 hingga 20%, cepatnya menurun hubungan persarafan, lambat dalam respon dan waktu untuk bereaksi khususnya stres, mengecilnya saraf panca indra, serta kurang sensitifnya terhadap sentuhan. Pada sistem pendengaran terjadi presbiakusis (gangguan dalam pendengaran) hilangnya kemampuan pendengaran pada telinga dalam terutama terhadap bunyi-bunyi atau nada-nada yang tinggi, suara tidak jelas, sulit mengerti kata-kata, otosklerosis, atrofi membran timpani, serta

---

<sup>64</sup> Mubarak, Wahit Iqbal dkk, (*Ilmu Keperawatan Komunitas 2*. Jakarta : Segung Seto, 2006), h. 27

biasanya pendengaran bertambah menurun pada lanjut usia yang mengalami ketegangan jiwa/stres.

c. Sistem penglihatan

Timbul sklerosis dan hilangnya respon terhadap sinar, kornea lebih terbentuk sferis (bola), kekeruhan pada lensa menyebabkan katarak, meningkatnya ambang, pengamatan sinar, daya adaptasi terhadap kegelapan lebih lambat dan susah melihat dalam cahaya gelap, hilangnya daya akomodasi, menurunnya lapangan pandang, serta menurunnya daya membedakan warna biru atau hijau.

d. Sistem kardiovaskular

Terjadi penurunan elastisitas aorta, katup jantung menebal dan menjadi kaku, kemampuan jantung memompa darah menurun, kurangnya elastisitas pembuluh darah, kurangnya efektivitas pembuluh darah perifer untuk oksigenasi, perubahan posisi dari tidur ke duduk atau dari duduk ke berdiri bisa menyebabkan tekanan darah menurun, mengakibatkan pusing mendadak, serta meningkatnya tekanan darah akibat meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer.

e. Sistem pengaturan

Temperatur tubuh terjadi hipotermi secara fisiologis akibat metabolisme yang menurun, keterbatasan refleks menggigil dan tidak dapat memproduksi panas akibatnya aktivitas otot menurun.

f. Sistem respirasi

Otot-otot pernafasan kehilangan kekuatan dan menjadi kaku, paru-paru kehilangan elastisitas, menarik nafas lebih berat, kapasitas pernafasan maksimum menurun, dan kedalaman bernafas menurun, ukuran alveoli melebar dari biasa dan jumlahnya berkurang, kemampuan untuk batuk berkurang, serta kemampuan kekuatan otot pernafasan menurun.

g. Sistem gastrointestinal

Terjadi kehilangan gigi akibat *periodontal disease*, kesehatan gigi memburuk dan gizi yang buruk, indra pengecap menurun, berkurangnya sensitivitas saraf pengecap di lidah terhadap rasa manis, asin, asam, atau pahit, esofagus melebar, rasa lapar menurun, asam lambung menurun, peristaltik lemah dan biasanya timbul konstipasi, serta melemahnya daya absorpsi.

h. Sistem reproduksi

Terjadi penciutan ovarium dan uterus, penurunan lendir vagina, serta atrofi payudara, sedangkan pada laki-laki, testis masih dapat memproduksi spermatozoa meskipun adanya penurunan secara berangsur-angsur, kehidupan seksual dapat diupayakan sampai masa lanjut usia asal kondisi kesehatan baik.

i. Sistem perkemihan

Terjadi atrofi nefron dan aliran darah ke ginjal menurun sampai 50%, otot-otot vesika urinaria menjadi lemah, frekuensi

buang air kecil meningkat dan terkadang menyebabkan retensi urin pada pria.

j. Sistem endokrin

Terjadi penurunan produksi hormon, meliputi penurunan aktivitas tiroid, daya pertukaran zat, produksi aldosteron, progesteron, estrogen, dan testosteron.

k. Sistem integumen

Kulit mengerut atau keriput akibat kehilangan jaringan lemak, permukaan kulit kasar dan bersisik karena kehilangan proses keratinisasi, serta perubahan ukuran dan bentuk-bentuk sel epidermis, rambut menipis berwarna kelabu, rambut dalam hidung dan telinga menebal, berkurangnya elastisitas akibat menurunnya cairan dan vaskularisasi, pertumbuhan kuku lebih lambat, kuku jari menjadi keras dan rapuh, pudar dan kurang bercahaya, serta kelenjar keringat yang berkurang jumlah dan fungsinya.

l. Sistem muskuloskeletal

Tulang kehilangan *density* (cairan) dan makin rapuh, kifosis, pergerakan pinggang, lutut, dan jari-jari terbatas, persendian membesar dan menjadi kaku, tendon mengerut dan mengalami sclerosis, serta atrofi serabut otot.<sup>65</sup>

---

<sup>65</sup><http://repository.uksw.edu/bitstream>, diakses pada tanggal 30 mei 2019, pukul: 10.12.



## 6. Teori pendekatan behavioral

Pendekatan behavioristik merupakan usaha untuk memanfaatkan secara sistematis pengetahuan teoritis dan empiris yang dihasilkan dari penggunaan metode eksperimen dalam psikologi untuk memahami dan menyembuhkan pola tingkah laku abnormal. Untuk pencegahan dan penyembuhan abnormalitas tersebut dimanfaatkan hasil studi eksperimental baik secara deskriptif maupun remedial. Pendekatan behavior bertujuan untuk menghilangkan tingkah laku yang salah dan membentuk tingkah laku baru. Pendekatan tingkah laku dapat digunakan dalam menyembuhkan berbagai gangguan tingkah laku dari yang sederhana hingga yang kompleks, baik individual maupun kelompok.

Menurut Corey tujuan pendekatan behavioristik adalah sebagai refleksi masalah konseli, dasar pemilihan dan penggunaan strategi konseling dan sebagai kerangka untuk menilai hasil konseling. Karakteristik pendekatan behavioristik yang dikemukakan oleh Eysenck, adalah pendekatan tingkah laku yang :

- a. Didasarkan pada teori yang dirumuskan secara tepat dan konsisten yang mengarah kepada kesimpulan yang dapat diuji.
- b. Berasal dari hasil penelaahan eksperimental yang secara khusus direncanakan untuk menguji teori-teori dan kesimpulannya.
- c. Memandang simptom sebagai respons bersyarat yang tidak sesuai (un-adaptive conditioned responses).
- d. Memandang simptom sebagai bukti adanya kekeliruan hasil belajar.

- e. Memandang bahwa simptom-simptom tingkah laku ditentukan berdasarkan perbedaan individual yang terbentuk secara conditioning dan autonom sesuai dengan lingkungan masing-masing.
- f. Menganggap penyembuhan gangguan neurotik sebagai pembentukan kebiasaan (habit) yang baru.
- g. Menyembuhkan simptom secara langsung dengan jalan menghilangkan respon bersyarat yang keliru dan membentuk respon bersyarat yang diharapkan.
- h. Menganggap bahwa pertalian pribadi tidaklah esensial bagi penyembuhan gangguan neurotik, sekalipun untuk hal-hal tertentu yang kadang-kadang diperlukan.<sup>66</sup>

### C. Tinjauan Pustaka

Untuk menghindari Plagiat dalam suatu hal yang akan diteliti berdasarkan fakta dan bukti yang ada Penelitian Tentang “Strategi Bimbingan Terhadap Perubahan Fisik Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan” dari beberapa penelitian – penelitian mengungkap tentang Strategi Bimbingan Terhadap Perubahan Fisik Lansia, ditemukan beberapa penelitian yang semisal diantaranya:

Skripsi yang disusun oleh Zulfatul Ma’wa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi STAI Kudus pada Tahun 2013 “Bentuk – bentuk bimbingan Rohani Di Pondok Lansia Khusnul Khotimah Di Desa Wergu Wetan Kecamatan Kota Kabupaten

---

<sup>66</sup> Sigit Sayanta, Juli 2012, *Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling*, No. 14 Th. VII

Kudus” dari hasil skripsi ini adalah lebih fokus dalam pemberian metode bimbingan terhadap lanjut usia dan memfokuskan keadaan rohaniyah terhadap lanjut usia terutama dalam penerapan untuk memperbaiki bimbingan rohani yang ada di Pondok Lansia Khusnul Khotimah.<sup>67</sup>

Selanjutnya skripsi yang disusun oleh Fifi Nurmagfiroh Jurusan Kesejahteraan Sosial Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta “Manajemen Kasus Permasalahan Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Budi Mulia I Cipayung Jakarta Timur” Hasil dari Skripsi adalah Cara yang dilakukan oleh pihak PSTW untuk menerapkan *Spanded Broken Model* saat melakukan manajemen kasus dan ada tahapan – tahapan manajemen.<sup>68</sup>

Selanjutnya skripsi yang disusun oleh Novirina Selly Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung “Peranan Panti Sosial Tresna Werdha dalam Penanganan Lanjut Usia Terlantar” hasil dari Skripsi ini adalah sejauh mana peran PSTW dalam penanganan dan program – program lanjut usia terlantar, agar para lanjut usia dapat melaksanakan peranan sosialnya secara baik sehingga dapat terciptanya kesejahteraan sosial bagi para lanjut usia terlantar melalui program – program kerja yang menunjang.<sup>69</sup>

---

<sup>67</sup><http://eprints.stainkudus.ac.id>, Zulatul Ma’wa, 2013, Bentuk-bentuk Bimbingan Rohani Di Pondok Lansia Khusnul Khotimah, *diakses* pada tanggal 01 februari 2019, pukul: 10.38

<sup>68</sup><http://repository.uinjkt.ac.id>, Fifi Nurmagfiroh, 2014, Manajemen kasus permasalahan lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Budi Mulia I Cipayung Jakarta Timur, *diakses* pada tanggal 10 februari 2019, pukul: 21.04.

<sup>69</sup><http://digilib.unila.ac.id>, Novirina Selly, 2014, Peranan Panti Sosial Tresna Werdha dalam Penanganan Lanjut Usia Terlantar, *diakses* pada tanggal 10 februari 2019, pukul: 21.09.

### **BAB III**

#### **UNIT PELAKSANAAN TEKNIS DAERAH PANTI SOSIAL LANJUT USIA TRESNA WERDHA NATAR LAMPUNG SELATAN DAN STRATEGI BIMBINGAN TERHADAP PERUBAHAN FISIK LANJUT USIA**

##### **A. Gambaran Umum UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan**

###### **1. Sejarah Singkat UPTD PSLU Tresna Werdha Lampung**

Panti Sosial Tresna Werdha “BAKHTI YUSWA” lampung sebelum tahun 1979 dikelola oleh dinas sosial Tk. I lampung yang merupakan satlak yang berlokasi di Gunung Sulah Kedaton Tanjung Karang. Tahun 1979-1980 melalui proyek Departemen Sosial RI. Yang dilaksanakan Kanwil. 1 Departemen provinsi lampung, dibangunlah “Panti Sosial Tresna Werdha” PSTW BAKHTI YUSWA lampung yang dikenal dengan nama tradisionalnya yaitu “Panti Jompo” berlokasi dikecamatan Natar Lampung Selatan. Pada tahun 1980 resmi kegiatan pelayanan (penyantunan) dilaksanakan dengan kapasitas pelayanan sebanyak 30 orang lansia. Pada tahun 1981 adanya tambahan bangunan wisma pemondokan yang berkapasitas tampung sebanyak 50 orang lansia (Status UPT Pusat).<sup>70</sup>

Pada tahun 1990 dan seterusnya kapasitas tampung ditingkatkan menjadi 100 orang lansia. Sejak tahun 2000/2001 Departemen Sosial dibubarkan (dilidui) maka Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) “BHAKTI YUSWA” Lampung diserahkan ke-Pemda TK. I Lampung yang secara teknis dikelola dinas sosial Tk. I Lampung yang diubah

---

<sup>70</sup>Anna Destiana, Sebagai Kepala Seksi Pelayanan di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, *Wawancara* 14 Januari 2019

namanya menjadi “Dinas Kesejahteraan Gubernur Lampung No. 03 tahun 2001 Drs. Maman Suparman, MM, Kepala Panti UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, tanggal 09 Februari 2001. Sejak Februari tahun 2001 resmi menjadi UPTD PSTW “BAKHTI YUSWA” lampung yang secara teknis dibawah binaan Dinas Kesejahteraan Sosial Provinsi Lampung (Otonomi Daerah) yang strukrur organisasinya terdiri dari:

- a. Kepala UPTD PSTW Lampung
- b. Kasubbag Tata Usaha
- c. Kasi Penyantunan/ Pelayanan
- d. Kasi Bimbingan dan Penempatan<sup>71</sup>

Sejak tahun 2008 UPTD PSTW “BAKHTI YUSWA” Lampung dirubah namanya panti sosial pelayanan lanjut usia (PSLU) BAKHTI YUSWA yang secara teknis dibawah binaan Dinas Sosial Provinsi lampung (Otonomi Daerah). Berdasarkan peraturan Gubernur lampung nomor 27 tahun 2010, UPTD PSLU berubah nomenclatur menjadi UPTD. Pelayanan Sosial Lanjut Us ia (PSLU) Tresna Werdha dengan struktur organisasinya terdiri dari:

- 1) Kepala UPTD PSLU Tresna Werdha Lampung
- 2) Kasubbag Tata Usaha
- 3) Kasi Penyantunan
- 4) Kasi Pelayanan

---

<sup>71</sup>Dokumentasi, UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan 2019

### 5) Kelompok Jabatan Fungsional

## 2. Tugas Pokok dan Fungsi UPTD PSLU Tresna Werdha Lampung

Dalam melaksanakan program UPTD PSLU “TRESNA WERDHA” Lampung mempunyai tugas pokok dan fungsi berdasarkan keputusan Gubernur lampung No. 27 tahun 2010, Tanggal 06 Agustus 2010 tentang pembentukan, organisasi dan Tata Kerja UPTD pada Dinas Daerah Provinsi lampung.

### a. Tugas Pokok

Memberikan pelayanan kesejahteraan sosial kepada para lansia (jompo terlantar) meliputi bimbingan fisik, mental dan sosial, latihan keterampilan dan resosialisasi serta pembinaan lanjut bagi lanjut usia terlantar.

### b. Fungsi

- 1) Pelayanan dan penyantunan bagi lanjut usia terlantar.
- 2) Pelayanan informasi dan konsultasi bagi lanjut usia.
- 3) Perawatan kebutuhan jasmani dan rohani lanjut usia terlantar.
- 4) Pelaksanaan bimbingan keterampilan dan pemberdayaan bagi lanjut usia.
- 5) Pelaksanaan pengelolaan urusan ketatausahaan.<sup>72</sup>

## 3. Visi dan Misi UPTD PSLU Lampung

UPTD PSLU “TRESNA WERDHA” Lampung Dinas Sosial provinsi lampung mempunyai visi dan Misi sebagai berikut:

---

<sup>72</sup>Observasi, UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, Tanggal 27 Mei 2019



a. Visi UPTD PSLU Lampung

Terwujudnya Lanjut Usia bahagia, sejahtera dihari tua.

b. Misi UPTD PSLU lampung

- 1) Meningkatkan pelayanan fisik lanjut usia melalui pemenuhan pelayanan sandang, pangan dan papan.
- 2) Meningkatkan jaminan sosial dan perlindungan kepada lanjut usia (jompo).
- 3) Meningkatkan hubungan yang harmonis antara sesama lansia, lansia dengan pegawai dan lansia dengan masyarakat.

**4. Tujuan UPTD PSLU Lampung**

a. Tujuan Antara (Khusus)

- 1) Terpenuhinya kebutuhan pokok hidup sehari-hari, terpeliharanya kesehatan fisik, mental dan sosial serta terpenuhinya akan pengisian waktu luang.
- 2) Terpenuhinya kebutuhan rohania dengan baik:
  - a) Kebutuhan akan kasih sayang.
  - b) Meningkatkan gairah hidup pada lansia.
  - c) Kuatnya rasa kebersamaan diantaranya sesamanya.
- d) Tujuan Akhir (Umum)<sup>73</sup>

Terciptanya dan terbinanya kondisi sosial masyarakat yang dinamis yang memungkinkan terselenggaranya usaha penyantunan

---

<sup>73</sup>Observasi, UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, Tanggal 27 Mei 2019

lanjut usia/ jompo terlantar, sehingga mereka dapat menikmati hari tuanya dengan meliputi ketentraman lahir dan batin.

## **5. Sasaran dan Kebijakan UPTD PSLU Lampung**

- a. lanjut usia (jompo) yang telah berusia 60 tahun keatas, tidak mempunyai bekal hidup, pekerjaan, penghasilan, bahkan tidak mempunyai anak keluarga yang dapat memenuhi kebutuhan hidupnya secara layak.
- b. Lanjut usia pada umumnya yaitu mereka yang berumur 60 tahun keatas bukan tergolong tidak mampu, tetapi memiliki masalah yang menyangkut beberapa segi kehidupan seperti: kesehatan kerja, perumahan, jaminan hidup/jaminan sosial dan lain sebagainya.
- c. Keluarga dan masyarakat, terutama keluarga yang mempunyai orang tua yang telah berusia lanjut, dan masyarakat yang mau dan mampu berpartisipasi dalam penanganan lanjut usia.<sup>74</sup>
- d. Berbadan sehat dan tidak mempunyai penyakit yang menular, syaraf/gila dengan surat keterangan dokter.
- e. Surat keterangan Lurah/Kepala desa setempat.
- f. Kebijakan: Penanggulan masalah kesejahteraan sosial kepada lanjut usia/jompo terlantar dalam panti dengan memberikan pelayanan:
  - 1) Meningkatkan kualitas dan efektifitas pelayanan sosial, sehingga mampu mendukung tumbuhnya sifat-sifat kemandirian masyarakat dalam meningkatkan sumber daya manusia.

---

<sup>74</sup>Dokumentasi, UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, 2019

- 2) Memperluas jangkauan pelayanan semakin adil dan merata.
- 3) Meningkatkan professional pelayanan sosial, baik yang diselenggarakan oleh pemerintah maupun masyarakat.
- 4) Meningkatkan peran serta masyarakat dan memberikan pelayanan sosial secara terarah, terancang, terorganisir dan melembaga atas dasar sodilaritas sosial, gotong royong dan swadaya.

g. Strategi

- 1) Profesionalisme. Yaitu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan serta kinerja sumber daya manusia (Pegawai/Petugas).
- 2) Peningkatan kualitas pelayanan yang didukung oleh sarana dan prasarana, tenaga yang professional serta tersediannya sumber dana yang memadai.
- 3) Melaksanakan pelayanan terpadu yaitu melibatkan instansi yang terkait seperti: Dinas Kesehatan, Rumah Sakit Umum, Puskesmas dan Lembaga masyarakat lainnya.
- 4) Kemitraan yaitu menjalin kerjasama dengan pihak-pihak terkait yang memiliki kemampuan sebagai sistem sumber.<sup>75</sup>

h. Program dan Kegiatan

Program dan kegiatan yang dilaksanakan oleh UPTD PSLU Tresna Werdha Selain melaksanakan tugas pokoknya memberikan pelayanan lanjut usia dalam panti, sesuai dengan tuntutan dan kebutuhan lansia terhadap pelayanan sosial, maka program dan

---

<sup>75</sup> Anna Destiana, Sebagai Kepala Seksi Pelayanan di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, *Wawancara* 27 Mei 2019

kegiatan PSLU mengalami pengembangan. Sehingga selain melaksanakan pelayanan sosial dalam panti juga melaksanakan pelayanan luar panti serta pelayanan pendidikan dan wisata rohani/amal kepada masyarakat. Program dan kegiatan yang dilaksanakan secara terperinci sebagai berikut:<sup>76</sup>

1) Program pelayanan sosial Lanjut usia dalam panti

Program ini merupakan program pokok dan utama yang menjadi tugas pokok PSLU Tresna Werdha, yakni memberikan pelayanan terhadap lanjut usia yang ada dalam panti .kegiatan yang dilaksanakan terdiri dari:

a) **Penerimaan** Penerimaan merupakan tahap pendekatan awal dalam pelaksanaan pelayanan meliputi kegiatan: identifikasi, seleksi, registrasi, pelaksanaan dan pengungkapan masalah, penempatan dalam wisma dan program.

b) **Bimbingan** dimaksud yakni sebagai proses memberikan informasi, mengajak, mendampingi dan memfasilitasi lanjut usia.

Beberapa bimbingan yang dilaksanakan diantaranya:

---

<sup>76</sup>Elly Yuniar, Sebagai Kepala Bagian Tata Usaha di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, *Wawancara* 27 Mei 2019

(1). Bimbingan fisik dan mental (Olahraga/senam lansia).

Meliputi kegiatan senam dan olahraga yang dilakukan setiap hari pada pagi hari. Walaupun mereka berada pada usia lanjut namun stamina fisik mereka harus tetap terjaga. Pada bimbingan mental ini para lansia diharapkan dapat tetap membangun mental dan psikologi mereka dengan harapan mereka tidak merasa terasingkan walaupun berada di dalam panti sosial sehingga mereka tetap semangat dalam menjalani hidup. Para lansia yang mempunyai masalah juga dapat berkonsultasi dengan para petugas untuk mendapatkan pemecahan masalahnya.

(2). Bimbingan Sosial dan Keterampilan.

Bimbingan sosial yang meliputi aspek kemandirian bagi para lansia yang ditanamkan kepada mereka sehingga kebutuhan keseharian mereka tetap dapat terpenuhi. bimbingan keterampilan yang diberikan bagi para lansia yaitu meliputi keterampilan menjahit, membuat kerajinan tangan bunga-bunga, membuat keset dan lain-lain sehingga para lansia dapat mengembangkan potensi dan kemampuan yang dimiliki para lansia dalam menyalurkan bakat lansia dan dapat membantu menghilangkan kejenuhan selama berada di dalam panti.

### (3). Bimbingan Rohani (Mental keagamaan).

Bimbingan rohani yang meliputi bimbingan keagamaan yang diharapkan para lansia tetap merasa mendapatkan ketenangan jiwa dan mendekatkan diri kepada sang pencipta. Bimbingan rohani dilakukan dengan metode ceramah, dan materi yang disampaikan meliputi:

Aqidah seperti (segala yang berhubungan dengan Tuhan, seperti wujud Allah, Sifat Allah, malaikat, kitab, rasul, hari akhir, qhoda dan qhodar, rukun islam. Syariah seperti (shalat, berdo'a dan berdzikir).

#### c) Pelayanan

Kegiatan pelayanan merupakan proses pemberian tindak atau jasa yang dilaksanakan secara langsung, face to face diberikan kepada lanjut usia. Beberapa tindakan pelayanan yang diberikan antara lain:

- (1) Pemeriksaan kesehatan obat-obatan.
- (2) Pengungkapan masalah dan pengumpulan data.
- (3) Pengawasan terhadap kelayakan dalam panti.
- (4) Pengurusan pemakaman terhadap kelayakan yang meninggal dunia



### (5) Penyantunan<sup>77</sup>

Kegiatan penyantunan merupakan proses pelayanan dalam bentuk penyiapan dan penyediaan bahan, barang, alat, sarana, prasarana serta berbagai kebutuhan klien. Beberapa hal yang disediakan dalam penyantunan diantaranya:

(a)Kebutuhan sandang (pakaian) dan pangan (makanan bergizi) serta papan (perumahan/asrama/tempat tinggal yang aman, nyaman).

(b) Alat, bahan kebersihan pelayanan dan wisma.

(c) Kelengkapan wisma serta sarana prasarana lainnya.


## 6. Hak, Kewajiban, Kebutuhan dan Permasalahan Lanjut Usia

### a. Hak Lanjut Usia

Berdasarkan Undang-undang Nomor 3 Tahun 1998 Tentang kesejahteraan lanjut usia, pada BAB III Pasal 5 Ayat (1) dan Ayat (2), dikemukakan bahwa lanjut usia mempunyai hak yang sama dalam kehidupan masyarakat, berbangsa dan bernegara. Sebagai bentuk penghormatan dan penghargaan, kepada lanjut usia diberikan hak untuk meningkatkan kesejahteraan sosial yang meliputi:<sup>78</sup>

<sup>77</sup> Anna Destiana, Sebagai Kepala Seksi Pelayanan di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, *Wawancara* tanggal 14 Juni 2019

<sup>78</sup> Maman Suparman, selaku Kepala Panti UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, *Wawancara* tanggal 14 Juni 2019

- 1) Pelayanan keagamaan dan mental spiritual.
  - 2) Pelayanan kesehatan.
  - 3) Pelayanan kesempatan kerja
  - 4) Pelayanan pendidikan dan pelatihan.
  - 5) Kemudahan dalam penggunaan fasilitas.
  - 6) Kemudahan dalam layanan dan bantuan hukum.
  - 7) Perlindungan sosial.
  - 8) Bantuan sosial.
- b. Kewajiban Lanjut Usia
- 
- Lanjut usia mempunyai kewajiban yang sama dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa dan bernegara. Berdasarkan undang-undang Nomor 13 Tahun 1998 Tentang kesejahteraan lanjut usia, pada BAB III Pasal 6 Ayat (2), selain kewajiban yang dimaksud tersebut, lanjut usia juga berkewajiban untuk:
- 1) Membimbing dan memberi nasehat secara aktif dan bijaksana berdasarkan pengetahuan dan pengalamannya, terutama di lingkungan keluarganya dalam rangka menjaga martabat dan meningkatkan kesejahteraannya.

- 2) Mengamalkan dan mentransformasikan ilmu pengetahuan, keahlian, keterampilan dan pengalaman yang dimilikinya kepada generasi penerus.
- 3) Memberikan keteladanan dalam segala aspek kehidupan kepada generasi penerus.

#### c. Kebutuhan Lanjut Usia

Secara universal manusia mempunyai kebutuhan yang relative sama, baik dalam aspek jasmani, rohani maupun sosial. Berhubung manusia adalah makhluk yang beragam, mengalami pertumbuhan dan perkembangan secara individual, serta mempunyai kompleksitas permasalahan pribadi, maka terjadi adanya perbedaan yang mendasar secara persoalan terhadap kebutuhan maupun solusinya. Secara umum, kebutuhan lanjut usia dapat dikelompokkan sebagai berikut:

Secara data pelayanan yang ada di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan dari tahun-ketahun menurun dikarenakan anggaran yang berada di UPTD PSLU tidak memadai, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 01

Data kelayan lanjut usia yang disantuni pada UPTD PSLU Tresna Werdha Bhakti  
Yuswa Lampung

NO	Keterangan	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
1	Kelayan pada tahun 2016	40 Orang	50 Orang	90 Orang
2	Kelayan pada tahun 2017	35 Orang	45 Orang	80 Orang
3	Kelayan pada tahun 2018	35 Orang	45 Orang	85 Orang
4	Kelayan pada tahun 2019	36 Orang	42 Orang	78 Orang
	Total keseluruhan			333 Orang

Sumber: dokumentasi UPTD PSLU Tresna Werdha Natar, Lampung Selatan  
tahun 2018/2019 dicatat pada tanggal 23 Mei 2019



## B. Sarana dan Prasarana UPTD PSLU “Tresna Werdha” Lampung

Table 02  
Sarana dan Prasarana di UPTD PSLU Lampung

No	Sarana dan prasarana	Banyaknya	Keterangan
1.	Tanah	10.930 M	
2.	Tanah Makam	2.400 M	
3.	Jalan Kelokasi Makam		
4.	Fasilitas Gedung	30 unit	
	- gedung kantor		1 unit
	- wisma		11 unit
	- ruang isolasi		3 unit
	- rumah dinas		6 unit
	- aula dan mess		2 unit
	- mushola		1 unit
	- poliklinik, local kerja, ruang fitness		1 unit
	- dapur umum		1 unit
	- gudang, gerasi, ruang genset, dan pemandian jenazah		4 unit
5.	Alat transportasi		
	- roda 4 (4)/Ambulance	1 unit	
	-roda 2 (2)/motor	1 unit	

Sumber: dokumentasi UPTD PSLU Tresna Werdha Natar, Lampung Selatan tahun 2018/2019 dicatat pada tanggal 23 Mei 2019

### C. Struktur Organisasi UPTD PSLU “TRESNA WERDHA” Dinas Sosial Provinsi Lampung

Berdasarkan keputusan Gubernur No. 27 Tahun 2010 tanggal 06 Agustus 2010 menetapkan struktur organisasi panti Sosial Tresna Werdha Bhakti Yuswa Natar, Kabupaten Lampung Selatan adalah sebagai berikut:

Gambar 01.

Bagan Struktur Organisasi UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia “Tresna Werdha” Dinas Sosial Provinsi Lampung



Sumber: dokumentasi UPTD PSLU Tresna Werdha Natar, Lampung Selatan tahun 2018/2019 dicatat pada tanggal 23 Mei 2019

Jumlah personalia yang bertugas pada UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan 2019 ada 20 PNS dan 4 orang tenaga kontrak dan 4 orang tenaga kerja sukarela.

Keterangan:

1 Orang Eselon III a

1 Orang Sub. Bagian TU Eselon IV a

2 Orang Ka. Seksi Masing-masing Eselon IV a

17 Orang Staf PNS terdiri:

13 Orang Tenaga Staf

3 Orang Tenaga Fungsional/ Pekerja Sosial

1 Orang Satpam

4 Orang Tenaga Kontrak

4 Orang Tenaga Sukarela (TKS)<sup>79</sup>

---

<sup>79</sup>Anna Destiana, sebagai Seksi Pelayanan di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, *Wawancara* 14 Juni 2019



## **D. Pelaksanaan Bimbingan Fisik UPTD Tresna Werdha**

### **1. Pelaksanaan Bimbingan Fisik**

Pelaksanaan Bimbingan fisik di UPTD Tresna Werdha Natar dilaksanakan setiap hari jum'at Pukul 07:00 s/d selesai, saat melaksanakan wawancara kepada Ida Rosita selaku penanggung jawab bimbingan fisik dan instruktur.

“Dalam pelaksanaan bimbingan fisik menurut Ida Rosita bimbingan yang diberikan kepada lansia dengan cara memberikan kegiatan olahraga agar kesehatan lansia tetap terjaga, para lansia di arahkan untuk mengikuti kegiatan olahraga setiap hari jum'at dan dibantu oleh para pegawai yang berkeliling untuk membujuk para lansia dan jika ada perawat yang magang merekalah yang bertugas untuk membujuk lansia untuk ikut serta melaksanakan kegiatan, 1 perawat magang bertugas mendampingi atau merawat 1 lansia, kegiatan olahraga tidak hanya instruktur dari UPTD Tresna Werdha tetapi ada pula orang-orang dari luar panti untuk mengikuti senam seperti dari masyarakat, dari perawat magang, dari RS Natar Medika, mereka ikut serta meramaikan dan memperkenalkan gerakan-gerakan baru untuk senam seperti senam rematik, jantung, pinguin, dengan diadakannya bimbingan fisik seperti ini dapat membantu mereka melenturkan otot-otot yang kaku dan memberikan manfaat untuk tubuh, mereka diajarkan untuk selalu dapat mengikuti kegiatan agar tubuh selalu vit<sup>80</sup>”

### **2. Sasaran Bimbingan Fisik di Panti Sosial Tresna Werdha Natar**

Untuk semua lanjut usia yang berada di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar yang kondisinya masih mampu menjalankan aktivitas dengan baik mampu mengikuti kegiatan bimbingan fisik pada saat hari yang ditentukan yang ingin keadaannya lebih baik dan tetap terjaga kesehatannya dan lebih menambah pemahaman agar lanjut usia tetap memperhatikan pola kehidupannya. Pada saat saya wawancara, penulis

---

<sup>80</sup>Ida Rosita, selaku instruktur Bimbingan Fisik di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, *Wawancara* tanggal 14 Juni 2019

menanyakan tentang siapa saja sasaran yang mengikuti bimbingan fisik,

Ida Rosita menjawab :

“Salah satunya lansia yang bisa beraktivitas dan mau mengikuti kegiatan yang dilakukan dan menyadari pentingnya menjaga kondisi fisiknya itu juga mempermudah untuk mengontrol keadaan fisiknya agar tetap terjaga, dikarenakan mbah-mbah yang berada dipanti sebelumnya terlantar dan kurang pemahaman dan kadang suka lupa jadi mbah-mbah jika tidak terus diingatkan suka lupa dan malas-malasan dek”<sup>81</sup>

### 3. Tujuan Bimbingan Fisik di Panti Sosial Tresna Werdha Natar

Bimbingan fisik bertujuan untuk pemeliharaan pertumbuhan dan perkembangan jasmani kelayan, bimbingan fisik yang di berikan UPTD PSLU Tresna Werdha kepada lansia yang tinggal disana. Seperti yang dipaparkan oleh Anna Destiana selaku Kepala Seksi Pelayanan Panti:

“Tujuan diadakan kegiatan bimbingan fisik di Panti Sosial Tresna Werdha ini sangat penting yang paling utama supaya para mbah-mbah yang tinggal di panti memahami tentang kondisi fisik mereka yang setiap waktu berubahkadang ada yang merasa badannya sakit-sakit, sulit digerakkan, kaku, keadaan kesehatan yang menurun dengan diberikan bimbingan fisik agar mbah-mbahnya paham dan mau untuk mengikuti kegiatan agar mbah-mbahnya tetap menjalankan kehidupannya sehari-hari dengan kondisi yang sehat”<sup>82</sup>

### 4. Kegiatan Bimbingan Fisik di Panti Sosial Tresna Werdha

Bimbingan fisik yang diberikan oleh panti berupa kegiatan rutin olahraga berupa senam setiap hari jum'at pagi yang dipimpin oleh instruktur dengan memberikan gerakan-gerakan yang dibutuhkan lansia dengan menyesuaikan keadaan fisik lansia, olahraga sendiri adalah suatu

---

<sup>81</sup>Ida Rosita, selaku instruktur Bimbingan Fisik di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, *Wawancara* tanggal 14 Juni 2019

<sup>82</sup>Anna Destiana, Selaku Kepala Seksi Pelayanan di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, *Wawancara*, 14 Juni 2019

bentuk aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur yang melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan ditunjukkan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan meningkatkan kesehatan. Olahraga yang diberikan kepada lansia berupa senam, dan gerakan yang beragam seperti:

senam rematik, berguna untuk meringankan nyeri, nyeri ketika melakukan aktivitas sehari-hari, pembekakan pada sendi, kaku, kelelahan, bahkan kelainan bentuk tubuh sering dialami orang yang menderita rematik, karena itu fokus penanganan penderita rematik adalah mengontrol rasa nyeri, mengurangi kerusakan sendi serta mempertahankan fungsi kualitas gerak, senam jantung adalah olahraga yang baik untuk kesehatan jantung, bermanfaat untuk memperbaiki denyut nadi, melancarkan aliran darah, metabolisme, sangat berguna untuk lansia yang sudah mengidap penyakit seperti darah tinggi, rasa sakit di dada, napas tersengal-sengal, penyakit jantung. Kegiatan ini bertujuan melatih dan meningkatkan kesehatan lansia.

## 5. Metode Bimbingan Fisik

Dalam metode bimbingan fisik biasanya pembimbing menggunakan metode langsung. Yaitu pembimbing melakukan komunikasi *face to face* dengan lanjut usia. Agar lanjut usia bisa lebih paham dan mengerti dengan apa yang disampaikan oleh pembimbing. Metode ini digunakan dengan cara menyampaikan hal-hal terkait dengan kegiatan dan manfaat yang ditimbulkan dengan metode mengajak dan memberi pemahaman atau motivasi. Menurut Ida Rosita selaku Instruktur

bimbingan fisik menuturkan metode langsung bertujuan memudahkan pembimbing menyampaikan dan melihat langsung respon yang diberikan atau perubahan lansia secara langsung.

## 6. Strategi dan teknik bimbingan fisik

### a. Strategi bimbingan fisik kepada individu

#### 1) Mengajak

Mengajak yang dimaksudkan adalah pembimbing menemui para lansia agar mengikuti kegiatan. Anna Destiana selaku Kepala Layanan menuturkan strategi ini efektif untuk proses kegiatan yang akan dilaksanakan karena pembimbing akan melihat langsung keadaan lansia apakah keadaannya memungkinkan atau tidak untuk mengikuti kegiatan, dan mengingatkan kembali kepada lansia yang mungkin mempunyai penyakit pikun.

#### 2) Pendampingan

Pendampingan yang dimaksudkan adalah pemberian bantuan kepada lansia yang mempunyai kesulitan atau keluhan terkait kegiatan. Ida Rosita menuturkan bahwa pendampingan yang diberikan berupa pemberian perhatian lebih kepada lansia yang mempunyai keterbatasan tetapi mempunyai keinginan untuk mengikuti kegiatan, sebagai pembimbing beliau memberikan jalan alternative sehingga lansia tetap mengikuti kegiatan.

### 3) Mediasi

Mediasi adalah cara pembimbing agar mengetahui alasan-alasan lansia sulit mengikuti kegiatan dan memberikan solusi dan jalan keluar, contohnya seperti bosan dan tidak tertarik dengan kegiatan yang sama setiap minggu nya dengan memberikan game dan hadiah dapat mendorong lansia agar tertarik mengikuti kegiatan.

### 4) Konseling

Konseling digunakan untuk pemberian bantuan pengetahuan dan motivasi agar memecahkan permasalahan lansia. Pembimbing menggali lebih dalam permasalahan lansia dan mencoba memberikan jalan keluar dari permasalahan lansia.

### 5) Tantangan Perawat Magang

Perawat magang yang ada di Panti Sosial Tresna Werdha begitu menjadi suatu pendorong semangat lansia, 1 perawat magang mendampingi 1 lansia, Tantangan yang diberikan oleh panti untuk perawat-perawat yang magang agar perawat dapat mengajak dan memberikan motivasi dalam kegiatan yang berlangsung. Tidak hanya mendampingi, perawat magang juga memperhatikan perubahan lansia dan melakukan penyuluhan kesehatan lansia.

b. Strategi kepada kelompok

Menggunakan strategi kelompok konseling (*Counseling Group*) merupakan kelompok yang terstruktur yang dibentuk untuk menggali, menemukan permasalahan lanjut usia melalui pemberian motivasi, peningkatan kemampuan dalam memecahkan masalah, serta memberikan alternatif pemecahan masalah.<sup>83</sup> Seperti yang dikatakan oleh Ida Rosita selaku instruktur bimbingan fisik “lansia yang memakai alat atau pertolongan dalam berjalan seperti tongkat dapat mengikuti kegiatan dengan tetap mengikuti gerakan senam di tempat tanpa menyulitkan lansia”

c. Teknik bimbingan fisik

1) Teknik-teknik pembelajaran seperti :

Menjelaskan, bertujuan untuk memberikan pemahaman. Praktek, dilakukan setelah lansia mengerti dan dapat mengikuti kegiatan. Bermain, teknik ini digunakan ketika lansia mulai bosan dengan kegiatan yang dilakukan.

2) Teknik pengumpulan informasi

seperti test kesehatan meliputi cek tensi, dilakukan sebelum atau setelah melakukan kegiatan setiap minggunya. cek darah, dilakukan jika terdapat lansia yang sakit dan harus melakukan tes yang lebih intensif agar dapat diambil keputusan apakah

---

<sup>83</sup>Idham, selaku Pekerja Sosial di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, Wawancara 14 Juni 2019

penyakitnya biasa atau harus dibawa ke Rumah Sakit, pemberian vitamin di klinik, diberikan ketika lansia meminta. wawancara, dilakukan pembimbing untuk memberikan pertanyaan terkait kesehatan dan keluhan lansia. Dokumentasi, dilakukan untuk menjadikan riwayat penyakit yang dialami lansia.

### 3) Teknik peringatan

seperti memberikan peringatan tidak mengikuti kegiatan dan hanya untuk membuat para lansia terpacu mengikuti kegiatan.

Daftar Nama Lanjut Usia yang di Wawancarai:

Tabel 03

Lanjut Usia yang di wawancarai sehat secara fisik maupun psikis

No	Nama	Umur
1.	Mamik	71 tahun
2.	Riyanto	65 tahun
3.	Surya	71 tahun
4.	Eni Ambar Wati	63 tahun
5.	Armaini	62 tahun

Dokumentasi: UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan Tahun 2019 dicatat pada tanggal 15 Juni 2019

Penelitian disini mewawancarai mbah putri dan mbah kakung yang berada di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar mengenai bimbingan fisik yang berlangsung setiap hari jum'at dan bagaimana partisipasi mbah putri dalam mengikuti kegiatan yang diberikana oleh pembimbing untuk mewujudkan lanjut usia yang sehat jasmani dan rohani.



“Mbah Mamik beliau berusia 71 tahun, lansia dari wisma anggrek, beliau menuturkan sering mengikuti bimbingan fisik, karena beliau saat pertama kali masuk panti jarang sekali mengikuti kegiatan olahraga dan mengakibatkan sering sakit-sakit pada tubuhnya dan semenjak dia rutin mengikuti kegiatan bimbingan fisik yang diberikan oleh panti dia merasa badan yang biasanya sakit-sakit menjadi enak dan aktif.”<sup>84</sup>

Selanjutnya peneliti mewawancarai mbah Surya berpendapat tentang bimbingan fisik. “Mbah Surya selalu mengikuti kegiatan bimbingan fisik dan dia merasa setelah mengikuti kegiatan beliau merasa tubuhnya menjadi lebih baik dan menghilangkan rasa sakit di kaki, beliau berkata jika sebelum melaksanakan kegiatan para lansia membersihkan wisma dan pekarangan wisma.”<sup>85</sup>

Selanjutnya peneliti mewawancarai mbah Riyanto beliau berpendapat tentang bimbingan fisik yang diberikan Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan.

“Beliau berkata sering mengikuti kegiatan bimbingan fisik yang berupa senam, tetapi dia mengeluh kegiatan yang kurang intens seperti program-program yang ada tetapi tidak ada praktek seperti halnya dengan penyuluhan kesehatan, pembimbing mengumpulkan lansia hanya memberikan informasi tentang kegiatan yang akan dilakukan, beliau menginginkan panti lebih memperhatikan lansia-lansia yang tinggal disana dan mengutamakan pelayanan kesehatan yang lebih baik.”<sup>86</sup>

Selanjutnya peneliti mewawancarai Eni Ambar Wati berpendapat tentang bimbingan fisik. “mbah Ambar yang tinggal di wisam seruni mengatakan tentang bimbingan fisik yang dilakukan disana berupa senam dan penyuluhan kesehatan setiap hari jum’at dan beliau sangat senang mengikuti senam-senam yang diberikan, dan menginginkan adanya kegiatan bimbingan fisik yang lainnya.”<sup>87</sup>

“Menurut Armaini atau yang sering dipanggil mak Elok beliau berpendapat bahwa kegiatan bimbingan fisik rutin dilakukan hanya saja kurangnya perhatian darisegi penyuluhan kesehatan, beliau mengatakan sudah 6 tahun tinggal disana dan tidak ada penyuluhan khusus dari panti

---

<sup>84</sup> Mamik penghuni di Panti UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, *Wawancara* Pada tanggal 27 Mei 2019

<sup>85</sup> Surya penghuni di Panti UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, *Wawancara* Pada tanggal 27 Mei 2019

<sup>86</sup> Riyanto penghuni di Panti UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, *Wawancara* Pada tanggal 14 Juni 2019

<sup>87</sup> Eni Ambar Wati penghuni di Panti UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, *Wawancara* Pada tanggal 14 Juni 2019

hanya bagian dari penyuluhan dokter yang berkunjung dan melaksanakan program saja.<sup>88</sup>

Dari wawancara diatas bimbingan fisik di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar cukup baik karena mereka sadar akan keadaan fisik mereka dan pembimbing selalu mengingatkan lansia agar memperhatikan kesehatannya.

## **B. Hasil Strategi Bimbingan Terhadap Perubahan Fisik Lansia**

Menurut hasil wawancara penulis dari Kepala Pelayanan PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan yakni Anna Destiana menyatakan bahwa kesadaran fisik pada lansia ini cukup baik dengan adanya bimbingan fisik yang dilakukan oleh Instruktur bimbingan fisik lansia memberikan respon yang baik, karena kesadaran lansia yang kurang mengerti tentang bahaya-bahaya penyakit yang akan dialami dan kurangnya pengetahuan karena faktor asupan sebelum mereka tinggal di Panti.

## **C. Hambatan Dalam Melaksanakan Bimbingan Fisik Lansia**

Dari hasil wawancara penulis dari kegiatan yang dilakukan pembimbing fisik ada beberapa hambatan yang dihadapi pembimbing pada saat melakukan bimbingan fisik diantaranya :

1. Keterbatasan lansia dalam mengikuti kegiatan fisik.
2. Berkurangnya pemahaman lansia tentang pentingnya bimbingan fisik untuk kesehatan.
3. Adanya rasa ketidak tarikan lansia dalam mengikuti kegiatan.

---

<sup>88</sup> Armaini penghuni di Panti UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, Wawancara Pada tanggal 14 Juni 2019

4. Sulitnya berkomunikasi karena kurangnya indra pendengaran menyebabkan pembimbing sulit dalam berkomunikasi
5. Lansia merasa lebih pintar dan tidak mengikuti kegiatan memberikan pengaruh buruk ke lansia yang lainnya.



## **BAB IV**

### **ANALISIS STRATEGI BIMBINGAN TERHADAP PERUBAHAN FISIK LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA NATAR LAMPUNG SELATAN**

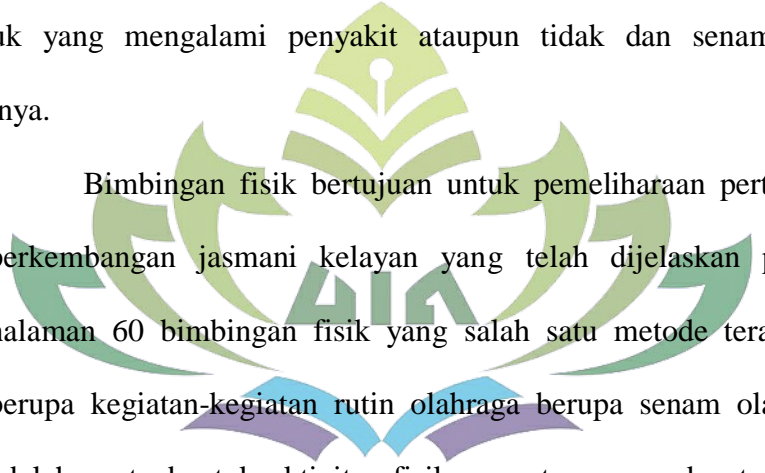
#### **A. Pelaksanaan Strategi Bimbingan Fisik**

Setelah data lapangan terkumpul sebagaimana dijelaskan pada Bab III, sebagaimana dijelaskan pada Bab III, langkah selanjutnya adalah menganalisis data, langkah ini ditempuh untuk mengetahui apakah data yang diperoleh sesuai, kemudian disusun pada Bab III ini sejalan atau tidak dengan teori yang dipilih atau digunakan pada Bab II .selanjutnya sebagai bahan penulis untuk menarik kesimpulan.

UPTD PSLU Tresna Werdha Natar yang berada dilampung selatan ini suatu lembaga dibawah binaan Dinas SosialProvinsi Lampung yang menyediakan tempat tinggal bagi para lansia yang mayoritasnya tidak memiliki tempat tinggal atau tidak mempunyai keluarga sehingga para lansia di tempatkan di panti sosial tersebut lansia yang tinggal di panti sosial tresna werdha ini tidk semuanya jompo, tetapi sebagian besar banyak yang masih sehat dan dapat mengikuti kegiatan yang ada dipanti, UPTD PSLU tresna werdha natar lampung selatan sebenarnya mempunyai persyaratan untuk masuk yaitu sehat jasmani dan rohani yang bertujuan agar lansia dapat menjalani kegiatan ,kegiatan dan aktivitas saat tinggal di panti.

Pada Bab III halaman 59 pelaksanaan bimbingan fisik UPTD PSLU tresna werdha natar lampung selatan ini adalah setiap hari jumat pada waktu pagi 07:00 s/d selesai, sebagian lansia mengikuti kegiatan rutinitas olahraga

(senam) yang dilaksanakan di pekarangan panti sosial tersebut dengan didampingi oleh seorang instruktur/pembimbing yang memperagakan bagaimana gerakan.gerakan senam dengan baik dan benar dan baik untuk kesehatan fisik lansia.pembimbing selalu memberikan motivasi kepada para lansia untuk selalu rutin mengikuti kegiatan agar kesehatan lansia tetap terjaga dan menjalankan aktivitas sehari hari. Senam yang rutin diberikan secara rutin adalah senam rematik ini bertujuan untuk melatih permasalahan sendi dan senam jantung yang bertujuan melatih saluran pernafasan lansia untuk yang mengalami penyakit ataupun tidak dan senam-senam yang lainnya.



Bimbingan fisik bertujuan untuk pemeliharaan pertumbuhan dan perkembangan jasmani kelayan yang telah dijelaskan pada Bab III halaman 60 bimbingan fisik yang salah satu metode terapi bimbingan berupa kegiatan-kegiatan rutin olahraga berupa senam olahraga sendiri adalah suatu bentuk aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur yang melibatkan gerakan tubuh berulang ulang dan ditunjukkan untuk meningkatkan kesehatan meningkatkan kebugaran jasmani senam yang diberikan berupa senam rematik, jantung dsb .bermaksud untuk menjaga dan merawat kesehatan lansia yang diyakini senam senam yang diberikan mempunyai manfaat yang baik.

Metode bimbingan fisik yang diberikan instruktur/pembimbing fisik kepada para lansia dipanti sosial tresna werdha ini pada bab III halaman 61 adalah metode langsung agar pembimbing dapat

menyampaikan pemahaman yang dapat dimengerti lansia, dan melihat respon dari lansia secara langsung.

Strategi yang digunakan pembimbing fisik kepada para lansia dengan cara berkeliling dan mengajak para lansia untuk ikut mengikuti kegiatan bimbingan fisik, pendamping mendampingi lanjut usia yang mengalami kesulitan dalam mengikuti kegiatan dan memberikan jalan keluar kepada lanjut usia yang mempunyai kesulitan, seperti lansia yang menggunakan tongkat tetapi lansia sadar akan kesehatan nya, pembimbing menyarankan dalam melaksanakan kegiatan lansia tetap ikut tetapi menggunakan gerakan gerakan tetap tanda menyulitkan lansia dan tetap membatasi gerakan. gerakan yang sulit, jika saat adanya perawat magang, pembimbing memberikan tugas agar perawat, perawat agar dapat tetap memotivasi lansia dan mendampingi lansia dalam melaksanakan kegiatan dan tidak terpungkiri jika lansia masih mempunyai rasa ketertarikan kepada lawan jenis. Selanjutnya pada Bab III halaman 64 menjelaskan teknik bimbingan fisik yang digunakan pembimbing, a) teknik pembelajaran menjelaskan segala sesuatu tentang kegiatan bimbingan fisik dan mempraktekkan dengan benar b) Teknik pengumpulan informasi dengan cara test kesehatan setiap hari jumat setelah mengikuti kegiatan dan pemberian vitamin dan obat obatan untuk menunjang kesehatan lansia c) Teknik peringatan diberikan pembimbing kepada lansia agar menimbulkan keinginan untuk mengikuti kegiatan yang berguna bagi lansia.

Selanjutnya pada Bab III halaman 60 menjelaskan tentang kegiatan bimbingan fisik di Panti Sosial oleh instruktur dengan kegiatan rutin olahraga berupa senam seperti senam rematik dan senam jantung, pengaruh senam untuk lansia sangatlah besar kondisi fisik yang sewaktu-waktu menurun ini dapat mempengaruhi kesehatan lansia, dengan selalu memperhatikan pola hidup yang baik dan menjaga kesehatan, lansia dapat menerapkan untuk kesehariannya, keadaan lansia yang sering terjadi masalah pada tubuhnya dapat di hindari dengan menjaga pola kesehatannya dari kegiatan senam melatih otot tetap terjaga dikondisi lansia yang terbilang sering mendapatkan masalah di kesehatannya, senam merupakan alternatif untuk menjaga kesehatannya.

Menurut Achmad Juntika Nurihsan, Strategi bimbingan fisik berupa konseling individual, konsultasi, konseling kelompok, bimbingan kelompok, dan pengajaran remedial,

#### 1. Konseling Individual

Pada bab II halaman 28 konseling individual adalah proses belajar melalui hubungan khusus secara pribadi dalam wawancara antara seorang konselor dan konseli ,konseling individual berupaya menyelesaikan permasalahan setiap individu dan berharap konseling mampu memberikan keadaan yang lebih baik dari sebelumnya pada Bab III halaman 62 telah dijelaskan .menurut analisa penulis, konseling individu ini dapat dikelompokkan kedalam bentuk komunikasi terbuka antara pembimbing kelayan , dimana kelayan akan lebih terbuka kepada pembimbing saat



melakukan wawancara atau melakukan pertanyaan pertanyaan yang diberikan pembimbing secara terperinci dan melihat perubahan sikap dan perilaku kelayan.

## 2. Bimbingan Kelompok

Pada bab II halaman 28 bahwa bimbingan kelompok bermaksud untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli .bimbingan kelompok diberikan sebagai mencegah suatu masalah atau alternative pemecahan masalah pada bab III halaman 64 bahwa strategi pembimbing adalah kelompok konseling yang diberikan pembimbing secara terstruktur yang dibentuk untuk menggali,menemukan permasalahan lansia melalui pemberian motivasi,peningkatan kemampuan dalam masalah ,serta memberikan alternative masalah .seperti yang sudah dikatakan Ida Rosita selaku instruktur bimbingan fisik.

Pada Bab II halaman 41 telah dijelaskan ,pendekatan behavioristik merupakan usaha pembimbing memberikan pemahaman dan sebagai pencegahan dari perilaku yang salah dan membentuk tingkah laku yang baru ,pendekatan behaviorial dapat menyembuhkan berbagai gangguan tingkah laku dari sederhana hingga yang kompleks baik individual maupun kelompok. Hal yang sesuai juga dikatakan oleh Ida Rosita pada halaman 59, dimana memang bimbingan fisik mengimplementasikan kegiatan-kegiatan untuk merubah pola hidup lansia yang lebih baik.

Menurut Corey tujuan pendekatan behavioral adalah sebagai refleksi masalah konseli, dasar pendekatan behavioristik adalah strategi konseling dan sebagai kerangka untuk menilai hasil konseling.

## **B. Faktor Pendukung dan Faktor Penghambat**

### **1. Faktor pendukung**

- 1) Adapun faktor pendukung di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, yaitu adanya dukungan dari pemerintah, lembaga panti, RS medika, dan masyarakat yang baik berupa material maupun non material. Materialnya berupa dana dari APBD (anggaran pendapatan belanja daerah) yang diberikan kepada lansia untuk kebutuhan sehari-harinya dan kesehatan, sedangkan non materialnya berupa sandang pangan yang diberikan pemerintah atau masyarakat.
- 2) Kesadaran lansia dalam kegiatan memudahkan pembimbing mendampingi lansia dan keterbukaan dalam menceritakan kesulitan lansia dan kemauan lansia.

Menurut peneliti faktor pendukung yang diterima oleh panti cukup baik dalam melaksanakan kegiatan yang dilakukan di panti sarana dan prasarana yang tercukupi dan memudahkan kegiatan agar sesuai keinginan bersama.

### **2. Faktor penghambat**

- 1) Faktor penghambat di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, yaitu keadaan kelayan yang memiliki usia tua (60 tahun keatas) sehingga mempunyai sifat-sifat seperti anak kecil, kadang

mudah diatur dan sulit diatur, usia kelayan yang lebih tua dari pembimbing sehingga pembimbing merasa canggung, tidak enak dan merasa mengguruinya.

- 2) Keterbatasan fasilitas yang ada di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung selatan seperti alat fitnes dan peralatan kesehatan yang sudah tidak dapat dipergunakan.
- 3) Kurangnya indra pendengaran menimbulkan kesulitan pembimbing dalam berkomunikasi dan keterbatasan pemahaman lansia.

Menurut peneliti penghambat yang telah disebutkan diatas mungkin dapat diatasi oleh pembimbing dengan selalu memberikan dorongan dan mengingatkan lansia dengan memberikan contoh dampak-dampak yang akan timbul jika lansia tidak mengikuti kegiatan yang diberikan, keterbatasan lansia dalam pendengaran menyulitkan komunikasi pembimbing dengan lansia, pembimbing dapat memberikan pemahaman dengan mengatakan dan memberikan isyarat yang mungkin dimengerti oleh lansia dan selalu bersabar dalam menghadapi perubahan lansia yang signifikan.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Kesimpulan skripsi yang berjudul Strategi Bimbingan Terhadap Perubahan Fisik Lansia Di Pantti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. menggunakan strategi bimbingan individual dan strategi bimbingan kelompok. Strategi bimbingan terhadap perubahan fisik lansia di Pantti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan ntuk lansia tetap mengikuti kegiatan rutin yang di laksanakan oleh Pantti dengan metode langsung dengan cara memotivasi lansia agar dapat memahami dan mengerti pentingnya kesehatan.
2. Pembimbing menjadi pendorong bagi lansia sehingga mengeluarkan semangat lansia, menjadi pengarah yang baik agar lansia tidak salah dalam berperilaku.
3. Kegiatan yang diberikan dalam bimbingan fisik adalah olahraga berupa senam yang rutin dilakukan setiap hari jum'at dengan senam-senam yang positif seperti senam rematik dan senam jantung.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah di ungkapkan dalam pembahasan maka peneliti merumuskan beberapa saran yaitu sebagai berikut;

1. Sebagai bahan masukan bagi pemerintah daerah dalam hal ini Dinas Sosial Provinsi Lampung untuk menambah pekerja terkait dalam penanganan bimbingan dan memfasilitasi peralatan sehingga pelayanan yang mereka dapatkan lebih berjalan optimal.
2. Bagi Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan untuk dapat lebih memperhatikan kondisi fisik dan psikis para lansia sehingga mereka tetap dapat melaksanakan fungsi sosialnya dengan baik. Sebaiknya pemberian bimbingan fisik kepada para lansia dilakukan secara beragam yang diharapkan hal ini dapat menambah ketertarikan lansia untuk mengikuti kegiatan. Diharapkan pemberian pelayanan kesehatan dan obat-obatan di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan dapat lebih diperhatikan lagi dengan menyediakan petugas kesehatan yang selalu ada di klinik panti 24 jam dan memberikan obat-obatan yang dibutuhkan para lansia, mengingat kondisi fisik para lansia ini sangat rentan terhadap penyakit.
3. Sebagai bahan masukan bagi pegawai Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan agar selalu melakukan pengawasan rutin terhadap lansia yang kurang aktif menjalani kegiatan bimbingan fisik diharapkan selalu membimbing lansia selalu aktif dalam kegiatan. Dalam menjaga kesehatan para lansia diharapkan para pegawai selalu memperhatikan aktivitas lansia dan kebersihan wisma agar terhindar dari penyakit.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad M. Anwar, *Prinsip – prinsip Metodologi Research*, Yogyakarta:  
Sumbangsih, 1975.
- Ahmadi Abu dan Ahmad Rohani Bimbingan dan Konseling Di Sekolah, Jakarta:  
Rineka Cipta, 1991.
- Al-Quran dan Terjemahannya*, Bandung:Penerbit Diponegoro, 2005.
- Ardial, Penelitian Komunikasi, Jakarta: Bumi Aksara, 2014.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Kamus Besar Bahasa Indonesia,  
Jakarta: Balai Pustaka, 2005.
- Depkes RI 2001
- Erman Amti Prayitno, , *Dasar – Dasar Bimbingan & Konseling*, Jakarta: Rineka  
Cipta, 2013.
- Fitrah Muh, Lutfiyah, *Metodologi Penelitian* Sukabumi: Jejak, 2017.
- Hadi Sutrisno, *Metodologi Research*, Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fakultas  
Psikologi UGM, 1973.
- Husman Husaini, *Metode Penelitian Sosial*, Bandung: Bumi Aksara, 1995.
- Juntika Achmad Nurihsan, *Strategi Layanan Bimbingan & Konseling*, Bandung:  
Refika Aditama, 2007.
- Louhenapessy, Melisa Cindy Kharisma. Februari 2016. *Stretegi Manajemen  
Produksi Program Berita Detak Melayu Di Riau Televisi*. JOM FISIF.  
Vol. 3 No. 1
- Ma'rifatun Lilik Aziah, *Psikologi Keluarga*, Jakarta, 2011.

Moertopo Ali, *Strategi Kebudayaan*, Jakarta: Yayasan Proklamasi CSIS, 1978.

Muhammad Ali, *Penelitian Kependidikan Prosedur dan Strategi*, Bandung:

Angkasa, 1987.

Mulyana Dedy, *Metodelogi Penelitian Kualitatif Paradigma Baru Ilmu*

*Komunikasi dan Ilmu Sosia Lainnya*, Bandung: Remaja Rosdakarya,

2006.

Narbuko Cholidin, Abu Achmadi, *Metodelogi Penelitian* Jakarta: Bumi Aksara,

2015.

Pasal 16 UU No. 23 Tahun 1992 tentang Kesehatan.

Pasal 19 UU No. 23 Tahun 1992 tentang kesehatan.

Pasmawati Herni. february 2017, Pendekatan Konseling untuk Lansia, Syi'ar Vol.

17 No. 1.

Pusat Bahasa Depdiknas, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka,

2002.

R. Siti Maryam, , DKK, *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*, Jakarta:

Salemba Medika, 2008.

Rahayu Wijayanti, Sunaryo, Meisje Marlyn Kuhu, DKK, *Asuhan Keperawatan*

*Gerontik*, Yogyakarta: Andi Offset, 2016.

Rahmat Jalaludin, *Metodelogi Penelitian Komunikasi*, Bandung: Remaja Rosda

Karya, 2000.

Ruslan Rosady, *Manajemen Public Relations dan Media Komunikasi*, Jakarta:

Rajawali Pers, 2012.



saepul Asep Hamdi A Bahruddin, *Metode Penelitian Aplikasi Dalam Pendidikan*

Yogyakarta: Deuplish, 2014.

Sanjaya Wina, *Teknologi Pembelajaran*, Jakarta: Rineka Cipta, 2008.

Sayanta Sigit, Juli 2012, *Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam*

*Konseling*, No. 14 Th. VII.

Soehart Irawan, *Metode Penelitian Sosial*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008.

Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi*, (Bandung:

Penerbit Alfabeta, 2013.

Suryabrata Sumadi, *Metode Penelitian Masyarakat*, Jakarta: Gramedia, 1985.

Syani Abdul, *Sosiologi Skematika Teori dan Terapan*, Jakarta: Lemhannas RI,

2002.

Syarifudin hidayat, Sedamayanti, *Metodelogi Penelitian*, Bandung: Bandar maju,

2002.

Trilin Rahayu, Ardani Ardi Tristiadi, *Observasi dan Wawancara*, Malang: Madu

Media, 2004.

Tuhfat Diah Yoshida, *Arsitektur Strategic Solusi Meraih Kemenangan dalam*

*Dunia yang Senantiasa Berubah*, Jakarta: Alex Media Komputindo, 2006.

Wahit Iqbal, Mubarak, dkk, *Ilmu Keperawatan Komunitas 2*. Jakarta : Segung

Seto, 2006.

Wati Rosnia, *Kamus Lengkap Ilmiah Populer*, Surabaya : Karya Ilmu, 2005.

Yusuf Arif Hamali, *Pemahaman Strategi Bisnis dan Kewirausahaan*, Edisi

Pertama, Jakarta: Kharisma Putra Utama, 2016.

Yusuf Syamsu, A Juntika Nurihsan, Landasan Bimbingan & Konseling, Bandung:

Remaja Rosdakarya, 2011.

**Daftar tambahan bacaan pustaka**

<http://digilib.unila.ac.id>, Novirina Selly, 2014, Peranan Panti Sosial Tresna

Werdha dalam Penanganan Lanjut Usia Terlantar, *diakses* pada tanggal  
10 februari 2019, pukul: 21.09.

<http://eprints.stainkudus.ac.id>, Zulatul Ma'wa, 2013, Bentuk-bentuk Bimbingan

Rohani Di Pondok Lansia Khusnul Khotimah, *diakses* pada tanggal 01  
februari 2019, pukul: 10.38

<http://kbbi.web.id/strategi> *diakses* 30 januari, 2019, pukul : 10.37.

<http://repository.uinjkt.ac.id>, Fifi Nurmagfiroh, 2014, Manajemen kasus

permasalahan lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Budi  
Mulia I Cipayung Jakarta Timur, *diakses* pada tanggal 10 februari 2019,  
pukul: 21.04.

<http://repository.uksw.edu/bitstream>, *diakses* pada tanggal 30 mei 2019, pukul:  
10.12.

<https://kbbi.web.id/fisik>, *diakses* 30 januari, 2019, pukul : 11:32.

<https://pengertianahli.id>, *diakses* 21 mei, 2019, pukul 18:41.